



FİLİAL TERAPİNİN ÇOCUK EBEVEYN İLİŞKİSİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

**2024
YÜKSEK LİSANS TEZİ
İLETİŞİM (DİSİPLİNLERARASI)**

Nihal ASLAN TOPÇU

**Tez Danışmanı
Prof. Dr. Fatih BAYRAM**

**FİLİAL TERAPİNİN ÇOCUK EBEVEYN İLİŞKİSİ ÜZERİNE ETKİSİNİN
İNCELENMESİ**

Nihal ASLAN TOPÇU

**Tez Danışmanı
Prof. Dr. Fatih BAYRAM**

**T.C.
Karabük Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
İletişim (Disiplinlerarası) Anabilim Dalında
Yüksek Lisans Tezi
Olarak Hazırlanmıştır**

**KARABÜK
Haziran 2024**

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER.....	1
DOĞRULUK BEYANI	6
ÖNSÖZ	7
ÖZ.....	8
ABSTRACT.....	10
ARŞİV KAYIT BİLGİLERİ.....	12
ARCHIVE RECORD INFORMATION	13
KISALTMALAR	14
ARAŞTIRMANIN KONUSU	15
ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ.....	15
ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ	16
ARAŞTIRMA HİPOTEZLERİ / PROBLEM	16
EVREN VE ÖRNEKLEM /ÇALIŞMA GRUBU	17
KAPSAM VE SINIRLILIKLAR/KARŞILAŞILAN GÜÇLÜKLER	17
1. KURAMSAL ÇERÇEVE	19
1.1. İletişim	19
1.1.1. Aile İçi İletişim	23
1.1.2. Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi	24
1.1.3. Etkili İletişim	27
1.1.4. Empati.....	28
1.1.5. Empatik Eğilim	29
1.1.6. Ebeveynlerde Empatik Eğilim	30
1.2. Duygu Düzenleme	31
1.2.1. Ebeveynin Duygu Düzenlemesi.....	32
1.3. Filial Terapi.....	33

1.3.1. Oyun Terapisi.....	36
1.3.2. Oyun Terapisi Tarihi.....	38
1.3.3. Çocuk Merkezli Oyun Terapisi	39
1.3.4. Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi	40
1.3.5. Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi ile İlgili Yapılan Araştırmalar	43
2. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ	49
2.1. Araştırma Deseni	49
2.2. Araştırma Grubu.....	49
2.3. Veri Toplama Araçları.....	51
2.3.1. Nicel Veri Toplama Araçları.....	51
2.3.1.1. Sosyodemografik Bilgi Formu.....	51
2.3.1.2. Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği.....	52
2.3.1.3. Anne-Baba Duygu Düzenleme Ölçeği.....	52
2.3.1.4. Empatik Eğilim Ölçeği.....	52
2.3.2. Nitel Veri Toplama Araçları.....	53
2.4. İşlem.....	53
2.5. Verilerin Analizi	56
3. BULGULAR VE YORUM	57
3.1. Nicel Bulgular	57
3.1.1. Deney Grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Ön Test Son Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları	57
3.1.2. Deney Grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Ön Test Son Test Puanlarının Karşılaştırılması.....	58
3.1.3. Deney Grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Alt Boyutlarının Ön Test Son Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları	61
3.1.4. Deney Grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Alt Boyutlarının Ön Test Son Test Puanlarının Karşılaştırılması.....	62
3.1.5. Deney Grubunun Empatik Eğilim Ölçeği Ön Test Son Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Analizleri.....	64
3.1.6. Deney Grubunun Empatik Eğilim Ölçeği Ön Test Son Test Puanlarının Karşılaştırılması	65

3.1.7. Deney Grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Alt Boyutlarının Son Test ve İzlem Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları	65
3.1.8. Deney Grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Alt Boyutlarının Son Test ve İzlem Puanlarının Karşılaştırılması	67
3.1.9. Deney Grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Alt Boyutlarının Son Test İzlem Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları..	69
3.1.10. Deney Grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Alt Boyutlarının Son Test İzlem Puanlarının Karşılaştırılması.....	70
3.1.11. Deney Grubunun Empatik Eğilim Ölçeği Son Test İzlem Puanlarının Betimleyici İstatistik Analizleri	72
3.1.12. Deney Grubunun Empatik Eğilim Ölçeği Son Test İzlem Puanlarının Karşılaştırılması.....	73
3.1.13. Deney Grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Ön Test İzlem Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları...	73
3.1.14. Deney Grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Alt Boyutlarının Ön Test İzlem Puanlarının Karşılaştırılması.....	75
3.1.15. Deney Grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Alt Boyutlarının Ön Test İzlem Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları.....	77
3.1.16. Deney Grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Alt Boyutlarının Ön Test İzlem Puanlarının Karşılaştırılması.....	79
3.1.17. Deney Grubunun Empatik Eğilim Ölçeği Ön Test İzlem Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları.....	80
3.1.18. Deney Grubunun Empatik Eğilim Ölçeği Ön Test İzlem Puanlarının Karşılaştırılması.....	81
3.2. Nitel Bulgular	82
SONUÇ	98
KAYNAKÇA.....	108
TABLolar LİSTESİ	114
ŞEKİLLER LİSTESİ	117
EKLER	118
Ek 1 :	118
Ek 2 :	118
Ek 3 :	118
Ek 4 :	118
Ek 5 :	118

Ek 6	:		118
ÖZGEÇMİŞ		125	



TEZ ONAY SAYFASI

Nihal ASLAN TOPÇU tarafından hazırlanan “FİİLİAL TERAPİNİN ÇOCUK EBEVEYN İLİŞKİSİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ” başlıklı bu tezin Yüksek Lisans Tezi olarak uygun olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Fatih BAYRAM

.....

Tez Danışmanı, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Anabilim Dalı

Bu çalışma, jürimiz tarafından Oy Birliği ile İletişim (Disiplinlerarası) Anabilim Dalında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir. 25.06.2024

Ünvanı, Adı SOYADI (Kurumu)

İmzası

Başkan : Doç. Dr. Yeşim ÇELİK (AKDÜ)

.....

Üye : Doç. Dr. Mustafa İNCE (KBÜ)

.....

Üye : Prof. Dr. Fatih BAYRAM (KBÜ)

.....

KBÜ Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu, bu tez ile, Yüksek Lisans Tezi derecesini onamıştır.

Doç. Dr. Zeynep ÖZCAN

.....

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

DOĞRULUK BEYANI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum bu çalışmayı bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı herhangi bir yola tevessül etmeden yazdığımı, araştırmamı yaparken hangi tür alıntılarını intihal kusuru sayılacağını bildiğimi, intihal kusuru sayılabilecek herhangi bir bölüme araştırmamda yer vermediğimi, yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bu eserlere metin içerisinde uygun şekilde atıf yapıldığını beyan ederim.

Enstitü tarafından belli bir zamana bağlı olmaksızın, tezimle ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak ahlaki ve hukuki tüm sonuçlara katlanmayı kabul ederim.

Adı Soyadı: Nihal ASLAN TOPÇU

İmza :

ÖNSÖZ

Araştırmamın konusunu duyduğunda benimle birlikte heyecanlanan, bu konuyu çalışmam konusunda beni yüreklendiren ve araştırmamın her aşamasında desteğini esirgemeyen tez danışmanım Prof. Dr. Fatih BAYRAM'a teşekkür ederim.

Araştırmayı gerçekleştirmem konusunda uygulayıcı yetkinliğimi, çocuklara bakış açımı, ebeveynlere yaklaşımı etkileyen değerli hocam ve süpervizörüm Reyhana SEEDAT'a Filial Terapi yaklaşımını hayatıma kazandırdığı için derin şükranlarımı sunarım.

Bu araştırmanın var olabilmesini sağlayan, çocuklarıyla ilişkilerini önemseyen ve her daim kendilerine ve çocuklarına yeni bir değer katmaya çabalayan sevgili annelere ve araştırmanın müdahale oturumlarının gerçekleştirilmesi sürecinde fiziki ortam ve koşullarını paylaşan Karabük İl Halk Kütüphanesi müdürü Sayın Hülya ÖZGÜN'e ve kütüphane çalışanlarına katkılarından dolayı teşekkür ederim.

Araştırmamın nicel verilerinin analizinde desteklerini ve görüşlerini benimle paylaşan değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Seçil BAYRAM'a, nitel verilerinin analizinde bakış açımı genişleten, en sıkışık zamanında bile bana zaman ayıran ve destek olan kuzenim İlknur ÇETİNKAYA'ya teşekkürü bir borç bilirim.

Yüksek lisans süresince desteklerini hep yanımda hissettiğim arkadaşlarım Gülnur ÖĞÜT, Songül YAŞAR ve Zeliha YAŞAR'a teşekkür ederim.

Evlatları olduğum için şükrettiğim kıymetli annem Sakine ASLAN ve babam Ramazan ASLAN'a, ömrümün son on yılında bana ikinci anne olan annem Ayşe TOPÇU'ya maddi manevi her zaman desteklerini yanımda hissettiğim için minnettarım.

Son olarak hayat arkadaşım, sevgili eşim Vahit TOPÇU'ya tüm zor anlarımda yanımda olup destek olduğu için, her yeni fikrimi sabırla dinlediği için, hayallerimizi gerçekleştirmek adına kafa yorduğu için derin sevgilerimi sunarım. Yeni bir rolü kazanmamda en büyük payı olan, hayatımın gidişatına anlam katan, gözlerindeki sevgiyi her zaman hissettiğim canım oğlum Muhammed Alp TOPÇU'ya anlayışı, desteği ve güler yüzü için müteşekkirim.

ÖZ

Araştırmanın amacı; Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi (ÇEİT)'nin 3-10 yaş arası çocuğa sahip olan ebeveynlerin çocuğuyla iletişimine, empatik eğilim ve duygu düzenleme düzeylerine etkisini incelemektir. Bu araştırma hem nicel hem de nitel verilerin ve analizlerin kullanıldığı karma desen bir araştırma olarak yürütülmüştür. Nicel verilerin elde edilmesi adına ön test-son test-izlem ölçümlü kontrol grupsuz deneysel desen oluşturulmuştur. Nitel verilerin elde edilmesi adına da son test ölçümlerinin ardından katılımcıların her biriyle derinlemesine görüşme yapılmıştır. Deney grubunu gönüllü katılım sağlayan 7 anne oluşturmuştur. Araştırmanın nicel verilerinin toplanmasında Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği, Anne-Baba Duygu Düzenleme Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği kullanılmıştır. Deney grubuna 10 haftalık Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi müdahalesinin öncesinde ve sonrasında belirtilen ölçeklerle veriler toplanmış, son test verilerinin alınmasından 3 ay sonra etkililiği ölçmek amacıyla aynı ölçekler uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda; Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi'ne katılan annelerin ebeveynin çocuğuyla iletişimi puanları ile paylaşımına açık olma, engelsiz dinleme, saygı-kabul, duyarlılık ve problem çözme alt boyutlarında son test puanlarının ön test puanlarına göre arttığı bulunmuştur. Ebeveynin çocuğuyla iletişimi toplam puanı ile engelsiz dinleme, saygı-kabul, duyarlılık alt boyutlarında izlem-ön test karşılaştırmalarında anlamlı düzeyde yükselme olduğu bulunmuştur. ÇEİT'e katılan annelerin Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği, anne-babanın çocuğun duygularından kaçınması alt boyutunda son test puanlarının ön test puanlarına göre azaldığı, bu azalmanın izlem testinde de devam ettiği; anne-babanın çocuğun duygularına yönelimi alt boyutunda son test puanlarının ön test puanlarına göre arttığı, izlem ölçümünde ön test puanlarına yakın puanlara gerilediği; anne-babanın çocuğun ve kendinin duygularını kabul etmesi alt boyutunda son test puanlarının ön test puanlarına göre arttığı, izlem testinde de son test puanlarına göre arttığı, müdahalenin etkisinin artarak sürdüğü görülmüştür. ÇEİT'e katılan annelerin Empatik Eğilim düzeyinde son test puanlarının ön test puanlarına göre arttığı, bu artışın anlamlı olduğu; izlem test puanlarının da ön test puanlarına göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmanın nitel verilerinin analizinde içerik ve tema analizi yapılmıştır. Yapılan

analizler sonucunda; annelerin Filial Terapi hakkındaki görüşleri, kendilerinde, çocuklarında ve ilişkilerinde elde ettikleri kazanımlar, iletişim ve duygu düzenleme açısından kazanımlar temel temalar olarak belirlenmiştir. Anneler Filial Terapi sonrasında kendilerinin daha sakin, sabırlı, dikkatli, anlayışlı, empatik ve kabul edici olduklarını belirtirken, çocuklarının da daha sakin, anlaşılabilir, inatlaşmayan ve sınır alabilen, seçenekler konusunda karar alabilen çocuklar olduklarını aktarmışlardır. Ayrıca Filial Terapi'nin hayatlarını kolaylaştırdığını, çocuklarıyla iletişimlerinin daha iyi olduğunu, aralarındaki bağın güçlendiğini, hem kendilerinin hem de çocuklarının duygular konusunda farkındalık kazandıklarını ifade etmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi; Filial Terapi; ebeveynin çocuğuyla iletişimi, empatik eğilim, duygu düzenleme

ABSTRACT

The aim of the study is to examine the effect of Child Parent Relationship Therapy (CPRT) on the communication with children, empathic tendency and emotion regulation levels of parents with children aged 3-10 years. This study was conducted as a mixed design research in which both quantitative and qualitative data and analyzes were used. In order to obtain quantitative data, an experimental design without control group with pre-test-post-test-follow-up measurement was created. In order to obtain qualitative data, in-depth interviews were conducted with each of the participants after the post-test measurements. The experimental group consisted of 7 mothers who participated voluntarily. The Parent-child Communication Scale, Parent Emotion Regulation Scale, and Empathic Tendency Scale were used to collect the quantitative data of the study. The data was collected before and after the 10-week Child-Parent Relationship Therapy intervention, and the same scales were applied 3 months after the post-test data were collected to measure the effectiveness. As a result of the analysis, it was found that the post-test scores of the mothers who participated in the Child-Parent Relationship Therapy and the post-test scores in the sub-dimensions of open to share, unobstructed listening, respect-acceptance, sensitivity and problem solving increased compared to the pre-test scores. It was found that there was a significant increase in the total score of the parent's communication with his/her child and in the sub-dimensions of unobstructed listening, respect-acceptance, and sensitivity in the follow-up-pre-test comparisons. It was observed that the post-test scores of the mothers who participated in the CPRT intervention decreased in the sub-dimension of the Parental Emotion Regulation Scale, parental avoidance of the child's emotions compared to the pre-test scores, and this decrease continued in the follow-up test; in the sub-dimension of parental orientation towards the child's emotions, the post-test scores increased compared to the pre-test scores, and decreased to scores close to the pre-test scores in the follow-up measurement; In the sub-dimension of parents' acceptance of the child's and their own emotions, the post-test scores increased compared to the pre-test scores and increased compared to the post-test scores in the follow-up test, and the effect of the intervention continued to increase. It was observed that the post-test scores of the

mothers who participated in CPRT in the Empathic Tendency level increased compared to the pre-test scores, and this increase was significant; the follow-up test scores were also higher than the pre-test scores. Content and theme analysis were used to analyze the qualitative data of the study. As a result of these analysis, the main themes were determined as the mothers' views on Filial Therapy, the gains they achieved in themselves, their children and their relationships, and gains in terms of communication and emotion regulation. The mothers stated that after Filial Therapy, they became calmer, patient, attentive, understanding, empathetic and accepting, while their children became calmer, understood, non-stubborn and able to take limits and make decisions about options. They also stated that Filial Therapy made their lives easier, their communication with their children was better, the bond between them was strengthened, and both they and their children gained awareness about emotions.

Keywords: Child-Parent Relationship Therapy; Filial Therapy; parent-child communication; empathic tendency; emotion regulation

ARŞİV KAYIT BİLGİLERİ

Tezin Adı	Filial Terapinin Çocuk Ebeveyn İlişkisi Üzerine Etkisinin İncelenmesi
Tezin Yazarı	Nihal ASLAN TOPÇU
Tezin Danışmanı	Prof. Dr. Fatih BAYRAM
Tezin Derecesi	(Yüksek Lisans)
Tezin Tarihi	25/06/2024
Tezin Alanı	İletişim (Disiplinlerarası) Anabilim Dalı
Tezin Yeri	KBÜ/LEE
Tezin Sayfa Sayısı	125
Anahtar Kelimeler	Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi; Filial Terapi; ebeveynin çocuğuyla iletişimi, empatik eğilim, duygu düzenleme

ARCHIVE RECORD INFORMATION

Name of the Thesis	The Examination of The Effectiveness of Filial Therapy on Child-Parent Relationship
Author of the Thesis	Nihal ASLAN TOPÇU
Advisor of the Thesis	Prof. Dr. Fatih BAYRAM
Status of the Thesis	(Master's Degree)
Date of the Thesis	25/06/2024
Field of the Thesis	Communication Department
Place of the Thesis	UNIKA/IGP
Total Page Number	125
Keywords	Child-Parent Relationship Therapy; Filial Therapy; parent-child communication; empathic tendency; emotion regulation

KISALTMALAR

ÇEİT	: Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi
EÇİÖ	: Ebeveynin Çocuğuyula İletişimi Ölçeğı
ABDDÖ	: Anne-Baba Duygu Düzenleme Ölçeğı
EEÖ	: Empatik Eğilim Ölçeğı
ÇMOT	: Çocuk Merkezli Oyun Terapisi
PERS	: Parent Emotion Regulation Scale

ARAŞTIRMANIN KONUSU

Araştırmanın konusu; 3-10 yaş arasında çocuğa sahip olan ebeveynlerin Filial Terapi yaklaşımının bir modeli olan Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi ile ebeveynlik rollerine etkisini araştırmaktır. Bu kapsamda bir grup eğitimi şeklinde sunulan Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi 10 hafta boyunca ebeveynlerle yürütülerek, eğitimin ebeveynlerin çocuklarıyla iletişimlerinde, empatik eğilim ve duygu düzenleme düzeylerinde etkililiği incelenmektedir.

ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ

Araştırmanın amacı; 3-10 yaş arası çocuğa sahip olan ebeveynlerin 10 haftalık bir program olan Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi (ÇEİT) psiko-eğitimsel programına katılarak, programın ebeveynlerin çocuğuyla iletişimine, empatik eğilim ve duygu düzenleme düzeylerine etkisini incelemektir.

Araştırmanın ülkemizde eğitimleri verilen ve birçok uygulayıcısının olduğu Filial Terapi yaklaşımının hem yaygınlaşmasını sağlayarak, daha çok ebeveyne ulaşması adına hem de literatüre bakıldığında ülkemizde bu konuda yeteri kadar araştırmanın olmaması nedeniyle uygulama alanına ve akademik alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Diğer ülkelerde Filial Terapi'nin etkililiği üzerine yapılan birçok araştırma bulunurken, ülkemizde özellikle etkililik üzerine yapılan çok kısıtlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Bu anlamda da yapılması planlanan çalışmanın alana katkı sunacağı düşünülmektedir.

Ebeveynler çocuklarıyla iletişimlerinin güçlü olmasını isterken diğer yandan da çocuklarının duygularını, düşüncelerini ve isteklerini anlayabilmeyi istemektedir. ÇEİT bu anlamda ailelerin bu isteğine yanıt verebileceğini kanıtlamış bir yöntemdir. Ancak bu yöntemin ülkemizde de kanıtlanmış olduğunun görülmesine ihtiyaç vardır. Araştırma tasarlanırken özellikle programın ebeveyn çocuk iletişimine, empati becerilerine ve duygu düzenleme becerilerine katkısının ne olduğunu görmek programın ülkemizde de etkili bir program olarak yürütülebileceğini kanıtlama açısından literatürdeki bir boşluğu dolduracağı düşünülmektedir.

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Araştırma kapsamında 3-10 yaş arasında çocuğa sahip olan annelere ulaşmak adına Karabük Zübeyde Hanım İl Halk Kütüphanesi iş birliği ile bir duyuru metni yayınlanmıştır. Programa katılmak isteyen 10 başvuru kabul edilmiştir. Başvuru yapan bir kişi ilk oturuma gelmediği için gruba dahil edilmemiştir. 8 anne ile ÇEİT eğitim programına başlanmıştır. Grup oturumları başlamadan önce ebeveynlere araştırmacı tarafından hazırlanan Demografik Görüşme Formu ve Onam Formu, Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği ve Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği verilmiştir. Ön test ölçümleri tamamlandıktan sonra ÇEİT oturumları haftada bir gün iki saat olmak üzere araştırmacı tarafından yürütülmüştür. Oturumların sonlandığı hafta ön test olarak uygulanan ölçek formları ebeveynlere tekrar doldurtulmuştur. Bu ölçümlerin alınmasının ardından her ebeveyn ile yaklaşık 20 dakikalık derinlemesine görüşme yapılarak, yapılandırılmış görüşme soruları yöneltmiş ve ses kaydı alınmıştır. Oturumların sonlandırılmasından 3 ay sonra da izlem ölçümü aynı ölçekler ile tamamlanmıştır. Elde edilen veriler ve görüşme kaydı analiz edilmiştir.

ARAŞTIRMA HİPOTEZLERİ / PROBLEM

1. ÇEİT eğitimine katılan ebeveynlerin çocuklarıyla iletişim düzeyi eğitim öncesindeki çocuklarıyla iletişim düzeyine göre anlamlı düzeyde yüksek olacaktır.
2. ÇEİT eğitimine katılan ebeveynlerin duygu düzenleme düzeyleri eğitim öncesindeki duygu düzenleme düzeyine göre anlamlı düzeyde yüksek olacaktır.
3. ÇEİT eğitimine katılan ebeveynlerin empatik eğilim düzeyleri eğitim öncesindeki empatik eğilim düzeyine göre anlamlı düzeyde yüksek olacaktır.
4. ÇEİT eğitimine katılan ebeveynlerin izlem ölçümündeki çocuklarıyla iletişim düzeyi eğitim sonundaki çocuklarıyla iletişim düzeyine göre anlamlı olarak farklılık göstermeyecektir.
5. ÇEİT eğitimine katılan ebeveynlerin izlem ölçümündeki duygu düzenleme düzeyi eğitim sonundaki duygu düzenleme düzeyine göre anlamlı olarak farklılık göstermeyecektir.

6. ÇEİT eğitimine katılan ebeveynlerin izlem ölçümündeki empatik eğilim düzeyi eğitim sonundaki empatik eğilim düzeyine göre anlamlı olarak farklılık göstermeyecektir.
7. ÇEİT eğitimine katılan ebeveynlerin izlem ölçümündeki çocuklarıyla iletişim düzeyi eğitim öncesindeki çocuklarıyla iletişim düzeyine göre anlamlı düzeyde yüksek olacaktır.
8. ÇEİT eğitimine katılan ebeveynlerin izlem ölçümündeki duygu düzenleme düzeyleri eğitim öncesindeki duygu düzenleme düzeyine göre anlamlı düzeyde yüksek olacaktır.
9. ÇEİT eğitimine katılan ebeveynlerin empatik eğilim düzeyleri eğitim öncesindeki empatik eğilim düzeyine göre anlamlı düzeyde yüksek olacaktır.

EVREN VE ÖRNEKLEM /ÇALIŞMA GRUBU

Araştırmanın evrenini Karabük ilinde yaşayan 3-10 yaş arasında çocuğu olan anne ve babalar oluşturmaktadır. Çalışma grubuna 1 baba ve 9 annenin başvurusu kabul edilmiştir. Baba olan katılımcı ilk oturumdan itibaren oturumlara katılmadığı için çalışmaya dahil olmamıştır. 1 anne ilk oturuma gelmemiştir, ön test verisi alınamadığından araştırmaya dahil edilmemiştir. 8 anne ile oturumlara başlanmıştır. 3-8 yaş aralığında çocukları olan annelerden bir anne 3. oturuma katıldıktan sonra ayrılmak istediğini belirtmiştir. Bu nedenle çalışma toplamda 7 anne ile tamamlanmıştır.

KAPSAM VE SINIRLILIKLAR/KARŞILAŞILAN GÜÇLÜKLER

Araştırma kapsamında 29 Kasım 2023-1 Şubat 2024 tarihleri arasında ÇEİT programı yürütülmüştür. Çalışmanın uygulama kısmının sonbahar ve kış aylarında olması sebebiyle salgın, virüs bulaşması sonucu hastalanmaların sık olduğu bir döneme denk gelmiştir. Bu nedenle bazı oturumlara katılımcıların kendisinin ya da çocuğunun hasta olması sebebiyle katılamama durumu olmuştur. Bu durumla karşılaşıldığında oturuma katılan katılımcılardan izin alınarak görüntülü kayıt alınmıştır ve bu kayıtlar bir sonraki oturum öncesinde katılım sağlayamayan katılımcılara iletilmiştir.

Araştırmanın Sayıtları

Araştırmanın uygulama kısmında yer alan grubun, çalışmanın deney grubunu temsil ettiği varsayılmaktadır.

Deney grubunda yer alan ebeveynlerin, araştırmada kullanılan ölçme araçlarını samimi ve objektif bir şekilde yanıtladığı varsayılmaktadır.

Araştırma kapsamında kullanılan ‘Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği’, ‘Empatik Eğilim Ölçeği’ ve ‘Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği’nin ölçülmesi planlanan değişkenleri tam olarak ölçtüğu varsayılmaktadır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma Karabük ilinde yaşıyan 3-8 yaşı arasında çocuğa sahip anneler ile sınırlıdır.

Araştırmada uygulanan eğitim modeli grup formatında yapıldığından gruba katılım sağlayan 7 katılımcı ile çalışma grubu sınırlıdır.

Araştırmanın verileri ön test, son test, izlem ölçümü ve derinlemesine görüşmenin içeriği ile sınırlıdır.

ÇEİT eğitim programı 10 hafta ile sınırlıdır.

1. KURAMSAL ÇERÇEVE

Araştırma kapsamında Filial Terapi uygulamasının ebeveynlerin çocukları ile iletişimlerine, empatik eğilim ve duygu düzenleme düzeylerine etkisi incelenmiştir. Kuramsal çerçeve sunulurken iletişim, aile içi iletişim, ebeveyn ve çocuk iletişimi, etkili iletişim, empati, empatik eğilim; duygu düzenleme ve ebeveynin duygu düzenlemesi başlıkları ile literatür bilgisi verilmiştir. Ardından Filial Terapi yaklaşımının temelini oluşturan oyun terapisi ve özellikle çocuk merkezli oyun terapisi yaklaşımından bahsedilerek, Filial Terapi aktarılmıştır. Son olarak hem yurt içinde hem de yurt dışında yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

1.1. İletişim

İletişim, insanoğlu daha dünyaya gelmeden başlayan, dünyaya gelişle birlikte de oldukça önemli bir yere sahip olan, yaşamın temel yapı taşlarından birisidir. Bu temel kavram pek çok uzman, bilim insanı tarafından günümüze kadar çeşitli tanımlamalara sahip olmuştur.

Dökmen (2005) iletişimi “bilgi üretme, aktarma ve anlamlandırma” süreci olarak tanımlamaktadır. İletişimin sağlanabilmesi için iki sistemin gerekli olduğunu vurgulamaktadır. Bu sistemler iki insan olabileceği gibi, iki hayvan, iki makine ya da insan, hayvan, makineden oluşan ikili kombinasyonlar da olabilmektedir. Bu iki sistem ne olursa olsun, bilgi alışverişi oluyorsa orada iletişimin olduğundan söz edilebilmektedir.

Cüceloğlu (2016) da benzer bir yerden iki insan arasında mesaj alışverişi varsa her zaman bir iletişim olduğundan bahsetmektedir. “İki insan birbirinin farkına vardığı andan itibaren iletişim başlar.” şeklinde ifade eden Cüceloğlu, bu andan itibaren söylenilenin, söylenilmeyenin, yapılanın, yapılmayanın her şeyin bir anlamı olduğunu belirtmektedir.

Oskay (2011) ise iletişimi şu şekilde tanımlamaktadır:

Birbirlerine ortamlarındaki nesneler, olaylar, olgularla ilgili değişimleri haber veren, bunlara ilişkin bilgilerini birbirine aktaran; aynı olgular, nesneler, sorunlar karşısında benzer yaşam deneyimlerinden kaynaklanan, benzer duygular taşıyıp bunları birbirine ifade eden insanların oluşturduğu topluluk ya da toplum yaşamı içinde gerçekleştirilen tutum, yargı, düşünce ve duygu bildirişimlerine iletişim denilir (Oskay, 2011, s.23).

Berko, Wolwin ve Wolwin (2001), iletiřimi, bilinçli ya da bilinçsiz olarak farklı iletiřim yollarıyla gerçekleřebilen, insanlar arasında duygu ve dūřūncelerin iletilmesi sūreci olarak tanımlamaktadır. İletiřim, sūzlū, sūzsūz, yazılı, beden dili gibi farklı yollarla gerçekleřebilir ve insanlar iletiřimle iliřkilerini řekillendirir.

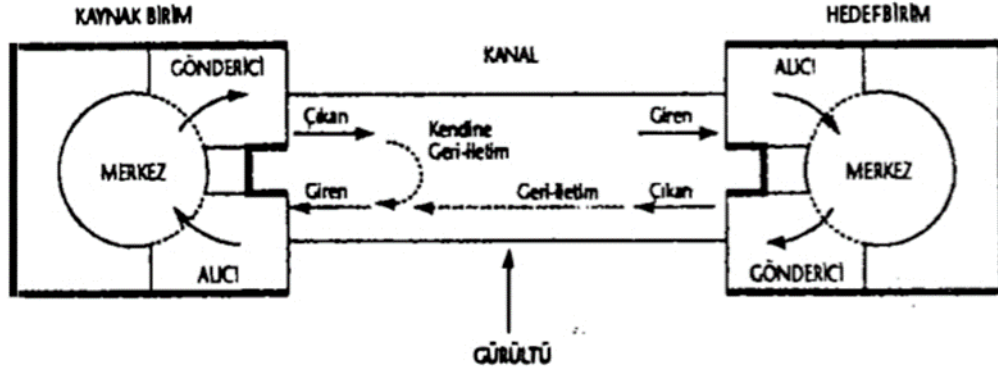
Peterson ve Green (2009)'a gōre ise iletiřim, bařkalarının dūřūndūklarına ve hissettiklerine ōnem vermektir. İletiřimde konuřma unsurunun ōnemli olması kadar dinleme unsurunun būyūk bir ōnemi vardır.

Yukarıda yer alan iletişim tanımları incelendiğinde alanında iletişimi tanımlarken birbirinden çok uzak tanımlar olmadığını ama her uzmanın kendi branşıyla ilgili bir tanımlama yaptığı gōrūlmektedir. Őzetle, iletişimi iki birim arasında meydana gelen duygusal, dūřūncesel, deneyimsel bir bilgi alışverişi olarak tanımlayabiliriz.

Tanımlarda da geçen iletiřimi oluřturan bazı unsurlar olduđu sōylenabilir. Bu unsurlar iletiřimin seyrini, kalitesi, etkililiđini etkileyen etmenler olarak dūřūnūlebilir. İletiřimi oluřturan unsurlar ile ilgili de farklı tanımlamalar yapılmıřtır.

Akman (2011)'a gōre iletiřimi oluřturan ōğeler; kaynak, mesaj, kanal, alıcı, mesajı algılama, dōnūt (geribildirim) ve gūrūltūdūr. Bu ōğeler iletiřim sūrecini karmařık ve çeřitli hale getirmektedir.

Cūcelođlu (2002) iletiřim sūrecini iletiřim modeli ile açıklamaktadır. řekil 1'de de gōrūldūđı gibi sūrecin içinde iki kiřinin yer aldıđı, bunlardan birinin kaynak diđerinin hedef olduđu, bu iki kiři arasında mesajların gidip geldiđi bir kanalın olduđu bir model tanımlanmaktadır. Cūcelođlu, bu modele gōre iletiřimdeki ōğeleri kaynak ve hedef birimler, kanal ve iletiřim ortamı olarak ū ana bařlık halinde incelemiřtir.



Şekil 1: İletişim Modeli. Cüceloğlu, D. (2002). Yeniden insan insana (27. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi

Oskay (2011) da iletişimi oluşturan unsurları gönderen, alıcı, ileti ve kanal olarak tanımlamaktadır. Alıcıya hedef kitle, gönderene kaynak, iletiye mesaj, mesajın iletim sürecine de kanal denildiğini belirtmektedir.

İletişimde yer alan unsurları farklı şekillerde sınıflandırılrsa da bazı öğelerin ön plana çıktığı görülmektedir. Bunlar; kaynak, hedef, mesaj, kanal, geribildirim ve gürültü olarak sıralanabilir. Aşağıda bu unsurların ne anlama geldiklerine dair kısaca bilgiler yer almaktadır.

Kaynak: İletişim sürecinde hedefteki birimde davranış değişikliğine yol açmak için süreci başlatan birimdir. Geribildirim sürecine girildiğinde kaynak bu durumda alıcı (hedef) konumuna geçmektedir. Baltaş ve Baltaş (2012) vericiyi (kaynak) diğer insanlara kendi duygu ve düşüncelerini herhangi bir durumda aktarma sürecini başlatan kişi olarak tanımlamışlardır. Kaynak, alıcının olabildiğince çok duyusuna ulaşabildiğinde, derin ve etkili bir iletişim sağlanır.

Hedef: Kanal aracılığıyla gelen mesajları alarak, merkeze ulaştıran birimdir. İşleyiş açısından hedef birim kaynak ile aynı konumdadır. Tek fark iletişim sürecinin yönüdür. Kaynak iletişimin başında mesajı göndermekle ilgili uğraşırken, aynı zamanda hem kaynak hem hedef kendisine iletilen mesajı alıp, yorumlamakla uğraşır. Hedef birim, kendisine ulaşan mesajı aldıktan sonra yorumlar ve bir geribildirim verdiğinde artık hedef birimden kaynak birime dönüşmüş olur (Cüceloğlu, 2012).

Mesaj: İletişimde yer alan kaynak ve hedeften birbirine gönderilen her türlü düşünce ve duygu mesaj (ileti) olarak adlandırılır. İletişime geçen iki kişinin

kullandıkları kelimeler, beden dilleri, ses tonları, davranışları, el-kol hareketleri hepsi bir mesajdır. Mesajlar sözlü şekilde iletebileceği, sözsüz de iletebilir (Dönmezer, 1999).

Kanal: İletişim sürecinde hedefe mesajın ulaşmasını sağlayan tüm araç ve yöntemler kanal olarak adlandırılır. İletişimdeki kaynak ve hedef birimin arasında yer alan kaynak birimi mesajların iletilmesine aracı olur. Örneğin; sözlü bir iletişim sırasında ses dalgaları konuşmayı iletirken, yazılı bir iletişim sırasında metin ya da yazı aracılığıyla iletişim kurulmuş olur (Güngör, 2013; Redmond ve Mifflin, 2000).

Geribildirim: İletişim sürecinde son unsur olarak görülen geribildirim, kaynak ve hedef arasında bir mesaj iletiminden sonra hedefin mesajı alıp, ona dair bir yanıt vermesi olarak tanımlanabilir (Mutlu, 1994; Polat, 2009). Akman (2011) geribildirimini olumlu, olumsuz ve tepkisiz olmak üzere üçe ayırmaktadır. Olumlu geribildirim; hedefin mesajı olması gereken şekilde algılayıp, kaynağa bunu doğru şekilde iletmesidir. Olumsuz geribildirim, mesajın hedef tarafından anlaşılmadığı ya da eksik iletim söz konusu olduğunda açığa çıkar. Tepkisiz geribildirimde ise, mesajın alıcıya amaçlanan şekilde iletilmediği kaynağa bildirilir.

Gürültü: İletişim sürecini aksatan, olumsuz etkileyen etmenlerdir. Cüceloğlu (2011), kaynağın gönderdiği mesajla, hedefin aldığı mesaj arasında bir fark varsa, buna gürültü demektedir. İletişim sırasında ağlayan bir çocuğun sesinden dolayı karşısındaki kişiyi iyi duyamayan kişinin bulunduğu ortamda fiziksel gürültü olduğu söylenebilir. İletişimi aksatan, işitme kaybı, dil problemleri gibi durumlar da nörofizyolojik gürültü olarak adlandırılır. Bir diğer gürültü de psikolojik gürültüdür ki hedef birimin içinde bulunduğu duygu durum, inançlar, tutumlar gibi karşıdaki kaynaktan gelecek mesajın yorumlanmasını etkileyebilir.

İletişim, toplumu şekillendiren bir yapı oluşturmaktadır. Bireyler de diğerleriyle iletişim kurarak toplumun bir üyesi haline gelmektedir. Bir aile içinde yer aldığı düşünüldüğünde, bireylerin kendilerini doğru şekilde ifade edebilmeleri de aile içindeki iletişimi önemli bir hale getirmektedir (Şahin ve Aral, 2012).

1.1.1. Aile İçi İletişim

Aile içi iletişim, bir ailenin fertleri arasında, eşlerin birbiriyle, anne ve babanın çocuk ya da çocuklarıyla, çocuk ya da çocukların anne ve babasıyla, çocukların da birbiriyle kurduğu iletişim olarak tanımlanabilir. Öyle ki bireylerin aile içindeki varlığı iletişimi başlatan nokta olmaktadır (Görgün Baran, 2004).

Aile içi iletişim düşünüldüğünde, karı-koca arasındaki iletişim, anne-baba-çocuk iletişimi, kardeşlerle iletişim ve aile büyükleri ile iletişimden söz edilebilir. Aile üyelerinin birbirlerini anlamaları, karşılıklılık ilkesine dayanan bir ilişki ile hem rasyonel hem de duygusal olarak iletişim kurmaları, rol dağılımını aile içinde işlevsel şekilde yapmaları ve kişisel alanlara saygı duymaları ve bunu her bireyin hak ve sorumluluğu olarak görmeleri bu iletişim türlerinin tamamında önemli bir yer tutmaktadır (Görgün Baran, 2004).

Aile içi sağlıklı iletişim, aile üyelerinin birbirlerini daha iyi anlamalarını kolaylaştırır ve aralarında güçlü bir bağ oluşturur. Bu bağ hem aile içinde hem de diğer insanlarla ilişkiler kurarken olumlu etkiler yaratır. Ailede sağlıklı iletişim, bireycilikten ziyade birlikte hareket etmeyi ön planda tutar. Bencillik ve yargılamanın yerini, anlayış ve sevgi alır. Bu ailelerde otorite olarak güç tek bir kişide değildir, onun yerine aile içinde gücün uygun şekilde dağılımı söz konusudur. Sağlıklı iletişim becerilerini kullanabilen aileler, bir krizin varlığında etkili bir şekilde krizi yönetir ve stresle başa çıkma konusunda kolaylaştırıcı olur (akt. Tezel, 2004).

Aile içindeki iletişimin çocuğun dünyasında önemli bir yeri vardır. Ebeveynler ve çocuk arasında duygu ve düşüncelerin birbiriyle paylaşılabilmesi ve sağlıklı bir iletişim sürdürülebilmesi durumunda sorunlara daha işlevsel çözümler üretebilirler. Sağlıklı bir diyalog kurulamaması, duyguların paylaşılabilmesi ve sorunların çözülememesine yol açar. Bu durum da aile ortamını psikolojik ve pedagojik olarak sağlıksız hale getirir (Yavuzer, 1995).

Aile içi iletişim her ne kadar tüm aile üyelerini tanımlasa da literatüre bakıldığında daha çok çocuk/çocukların anne baba ile, anne babanın da çocuk/çocukları ile iletişimi üzerinden tanımlamaların yapıldığı, konunun bu şekilde işlendiği görülmektedir.

1.1.2. Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi

Anne babaların çocukları ile kuracakları sağlıklı iletişim, onların sorumluluk ve disiplin sahibi, iş birliğine açık, yapıcı ve yaratıcı gençlere, yetişkinlere dönüşmesine yardımcı olur. Çocuklarla kurulacak sağlıklı iletişimin en etkili yolu da onları duymak, dinlemek ve anlamaya çalışmaktan geçmektedir. Dinleyerek çocuğu önemseydiğini ifade eden anne babalar, böylece aralarındaki ilişkiyi kolaylaştırmış olurlar (Yavuzer, 1995).

Navaro (1995) aile içi yaşanan sorunlara, olaylara ve davranışlara yöneltilen bakış açısı ve yargıların sebep olduğunu belirtmektedir. Çocukların davranışları, ailenin değerlerine ve eğitim durumuna bağlı olarak çeşitli yargı etiketleriyle yorumlanır. Örneğin; arkadaşıyla oyuncağını paylaşmak istemeyen bir çocuğun gösterdiği davranış; oyuncağını arkadaşına vermemektir. Bu davranışa gösterilen yargı ise bencil, düşüncesiz, paylaşmayı bilmiyor gibi etiketlerden oluşabilmektedir.



Şekil 2: Davranış penceresi. Navaro, L. (1995). Çocuklarla nasıl iletişim kurulur?

Çocukların ya da herhangi bir kişinin davranışları izlendiğinde Şekil 2’de yer alan davranış penceresinin içinde yer alır. Pencereyi bölen çizgi kabul çizgisi olarak adlandırılırken, üstte kalan davranışlar kabul edilir, alttaki davranışlar ise kabul edilmez davranışlardır. Davranışların kabul edilip edilmemesi, o davranışa şahit olan kişinin duygularına bağlıdır. Eğer davranış ortaya çıktığı sırada şahit olan kişi olumsuz duygular içindeyse davranış kabul edilmez. Ancak olumsuz duygular yoksa o davranış kabul edilebilir. Bu durumda da kabul çizgisinin değişkenlik gösterdiğini bilmek gerekir. Kabul çizgisini üç önemli faktör etkiler: 1) Ben 2) Çocuk 3) Çevre

- 1) Ben: Kabul çizgisinin aşağıda ya da yukarıda olmasını ‘ben’e ait durumlar etkiler. Eğer keyifli bir gün geçiriyorsam, benim ve ailemin sağlık ya da başka konular ile ilgili bir sorunu yoksa, eşimle aram iyiye, zamanla ilgili bir telaşım yoksa, o gün birçok davranış daha kolay kabul edebilirim, yani kabul çizgim

çok aşağılarda yer alır. Ama zor bir gün geçiriyorsam, evde işler yolunda gitmiyorsa, evde eşime ya da aileden birine kızgınsam, yetişmem gereken bir durum varsa, çocuğun davranışlarını kabul etmeyip, tepki gösterebilirim, bu da kabul çizgimin çok yukarıda olduğunu gösterir.

- 2) Çocuk: Çocuğun yaşı, cinsiyeti ve ebeveynlerine benzerliği, davranışlarının kabul edilebilirliğini etkiler. Örneğin; 2 yaşındaki bir çocuk parmak emmesi sebebiyle kabul görebilirken, aynı davranışı 8 yaşında bir çocuk yaptığında kabul edilmez. Kız çocuğunun sürekli bebeklerle oynaması kabul edilirken, erkek çocuğu sürekli bebeklerle oynadığında anne babası endişelenmeye başlayıp, bu davranışını kabul etmeyebilirler. Çocuğun anne babasına benzer oluşu da ona gösterilen tepkiyi etkileyebilmektedir.
- 3) Çevre: Davranışları kabul edip etmeme durumu çevrenin etkisiyle de değişebilmektedir. Örneğin; bahçede top oynaması kabul edilen bir çocuğun, evin oturma odasında top oynaması kabul edilmez. Evde daha dağınık oynamasına izin verilen çocuk, misafir geldiğinde ya da misafirlığe gidildiğinde aynı dağınıklığı yapması kabul edilmez (Navaro, 1995).

Bir ebeveyn ve çocuk arasında geçen sözlü iletişimi gözlemleyerek, ebeveyn çocuk arasındaki ilişkiye dair çok şey söyleyebileceğini belirten Gordon, çocuklarıyla iletişim kurarken ebeveynlerin çeşitli iletişim engelleri ile yanıt verdiklerini kategorileştirmiştir. Bu yanıt türleri aşağıda yer almaktadır:

1. Emir Vermek, Yönlendirmek, İdare Etmek
Çocuğa emir cümleleri ile bir şeyler yapmasını istemektir.
“Şikayet etmeyi kes artık!”
2. Uyardmak, Gözdağı Vermek, Tehdit Etmek
Çocuğa yaptığı şeylerin sonuçlarını söylemektir.
“Eğer bunu yaparsan, pişman olursun!”
3. Tembih Ermek, Ahlak Dersi Vermek
Çocuğa yapması gerekenleri söylemektir.
“Bu şekilde konuşmamalısın.”
4. Öğüt Vermek, Çözüm ya da Öneri Getirmek
Tavsiye, öneri vererek ya da çözümü söyleyerek çocuğun sorunu nasıl çözmesi gerektiğine dair yönlendirmektir.
“Öğretmenlerinle bu konuda konuşmanı öneririm.”

5. Nutuk Çekmek, Öğretmek, Mantıksal Kanıtlar Öne Sürmek
Çocuğu gerçeklerle, mantıklı açıklamalarla, kendi düşüncelerinizle etkilemeye çalışmaktır.
“Ben senin yaşındayken daha zordu her şey, nelere katlandım.”
6. Yargılamak, Eleştirmek, Münakaşa Etmek, Suçlamak
Çocuğu olumsuz şekilde yargılamak ve eleştirmektir.
“Doğru düzgün yapamıyorsun.”
7. Övmek, Aynı Fikirde Olmak
Olumlu değerlendirmeler yapıp, çocuğa katıldığını ifade etmektir.
“Bence bu konuda sen çok iyisin.”
8. İsim Takmak, Alay Etmek, Utandırmak
Çocuğun utanç hissetmesine sebep olacak kategorilere sokmaktır.
“Yaramaz çocuğun tekisin.”
9. Yorumlamak, Analiz Etmek, Tanı Koymak
Çocuğun duygusunu, düşüncesini veya davranışını analiz ederek, bunları bilen bir yerden konuşmak.
“Bunları beni kızdırmak için söylüyorsun.”
10. Güven Vermek, Duygularını Paylaşmak, Teselli Etmek, Desteklemek
Çocuğun kötü duygularından kurtulmasını sağlamaya çalışmak ve bu duyguların ne kadar güçlü olduğunu görmezden gelmek.
11. Araştırmak, Kuşkulananmak, Sorgulamak
Sorunu çözmek için nedenleri sorgulamak.
“Sence neden okuldan nefret ediyorsun?”
12. Sözünden Dönmek, Oyalamak, Şakaya Vurmak, Konuyu Saptırmak
Sorundan dikkati başka yere çekerek önemsizleştirmek, kendini sorundan soyutlayarak çocuğu oyalamak.
“Hadi ama daha güzel şeylerden konuşalım.” (Gordon, 2011).

Sözler, yapıcı ve etkileyici olduğu kadar korkutucu ve yıkıcı bir güce de sahiptir. Çocukların çabaları görülüp takdir edildiğinde, onların umut ve güven beslemelerine destek verilmiş olur. Diğer yandan, çocuğa değer biçen tavırla yaklaşıldığında, çocukta direnç ve kaygının açığa çıkmasına sebep olunabilir. Bir sorun ortaya çıktığında, yargılamak, suçlamak veya eleştirmek yerine, çözüm yolları aranabilir. Öfke gibi

olumsuz duygular dahi ifade edilebilir. Çocuklara duyulan derin saygı, ebeveyn çocuk arasında etkili iletişimin en önemli unsurlarından biridir (Ginott, 2011).

1.1.3. Etkili İletişim

Etkili iletişim, iletişime engel durumların olmadığı ya da en az seviyede olduğu, istenilen ve beklenen şekilde kurulan iletişim olarak tanımlanabilir. Whirter ve Acar (1984), iletişimin anlaşılır olmasında birçok kavram olduğunu belirtmişlerdir. İlk olarak, kişiler birbiriyle iletişim kurarken her kişi hem alıcı rolünde hem de verici rolündedir. İkinci olarak, bir kişinin almış olduğu bir mesaj, o kişinin duygu, düşünce ve davranışlarına etki ederek, onun ne zaman, nerede ve nasıl iletişime geçeceğini belirler.

Navaro (1995), kendini ifade etmeye çalışan çocuğun iletişim engelleri ile karşılaşması sonucunda, bunun ona yardımcı olmadığını, ileride yaşayacağı sorunlarını da anlatmamasına sebep olduğunu vurgulamaktadır. Bu tarz iletişim yerine yardımcı olabilecek yaklaşımları şu şekilde sıralamaktadır:

- a) Sessizlik: Sessizlik karşıdaki kişiye, çocuğa konuşma fırsatı veren bir yerde durmaya yardımcı olarak, konuşma olanağını sağlama açısından güçlü bir etken olmaktadır.
- b) Empati: Olaylara karşıdaki kişinin gözleriyle, onun penceresinden bakarak yaklaşımdır. Ağlayıp üzülen bir çocuğa “Ne var bunda ağlayıp, üzülecek” gibi bir iletişim engeliyle yaklaşmak yerine, kendini çocuğun yerine koyup, onu üzen şeyin onun için ne kadar önemli olduğunu anlamaya çalışmak, ona empati göstermektir.
- c) Kabul: Çocuğu olduğu haliyle, yargılamadan kabul etmek, iletişimde oldukça önemlidir. Çocuk olması sebebiyle, yanlışıyla doğrusuyla onu anlamaya çalışmaktır.
- d) Dürüst olmak: Çocuğa anne baba rolünden yaklaşmak yerine, çocuk ile bir insan olarak iletişim sağlamak, ona olması gereken yanıtları vermektense, dürüst cevaplar vermeye çalışmak, daha yakın ve anlamlı bir ilişkinin olmasına yardımcı olur.

Bu unsurlara dikkat edilerek kurulan iletişime *katılımlı dinleme* yöntemini de ekleyen Navaro (1995), katılımlı dinlemeyi çocuğun söylediklerinin duyulduğuna dair

bir mesaj olarak tanımlamaktadır. Çocuğun anlattıklarını basit bir özetle tekrarlamak, yaşadığı durum ile ilgili duygularını fark edip, ifade etmektir.

Yavuzer (2010) başarılı iletişimin temel koşullarını üç ana başlıkta ele almıştır:

1. Karşıdaki kişiye saygı duymak, onu olduğu gibi kabul edip, önemli ve değerli olduğunu hissettirmektir.
2. Gerçekçi ve doğal davranmak, olduğu gibi, abartısız davranmaktır.
3. İletişimin en önemli ögesi olan empati ile yaklaşmak, bir duygu ortaklığı yaratarak iletişimin güçlü olmasını sağlar.

1.1.4. Empati

Empati kavramını tanımlarken yıllar içinde araştırmacılar ve uzmanlar tarafından farklı tanımlar yapıldığı görülmekle birlikte, empati denildiğinde uzmanların dahi farklı bir anlam çıkarabildiği görülmektedir (Dökmen, 1988). Öyle ki empati kavramını Schneider, Hastorf ve Ellesworth (1979) kişi algısı olarak adlandırırken, Ford (1979) ise ben merkezilik olarak incelemiştir. Borke (1971) de empatiyi ben merkezilik ile eşleştirirken, Campell ve arkadaşları (1971) ise duygusal duyarlılık olarak tanımlamıştır (akt. Dökmen, 1988).

Birey merkezli terapinin kurucusu olan Carl Rogers ise empatiyi daha anlaşılır bir hale getirmiştir. Ancak kendisi de empatinin tanımı için farklı tanımlamalar yaptığını belirtmiştir. Rogers 1930’lu yıllarda empatiyi şu şekilde tanımlamıştır: “Empatik olmak ya da empati durumu, bir kimsenin içsel referans çerçevesini doğru olarak algılamak, onun duygusal unsurlarını ve anlamlarını o kimse kendisi imiş gibi yaşamak ve bu ‘imiş gibi’ olma koşulunu mutlaka yerine getirmektir (Rogers, 1957; Rogers, 1959). Rogers bu tanımın ardından elde ettiği birikimle birlikte empatiyi yeniden tanımlamıştır:

Bir kimse ile birlikte varolma şekli olan empatinin, çeşitli görünüşleri vardır. Bir kimsenin özel algısal dünyasına girmek ve onunla tümüyle beraber olmak demektir. Bu, o kimsenin kaynağında hissettiği anlamlar değiştikçe ve onun o anda yaşadığı duygu korku, kızgınlık sevgi veya her ne ise, her an buna duyarlı olmak demektir. Bu, geçici olarak onun hayatını yaşamak, yargılamadan ona nazikçe yaklaşmak, onun çok azlıkla ayırında olduğu anlamları hissetmektir.

Bu tanımdaki empati kavramı incelendiğinde üç temel öge olduğu görülmektedir.

- Empati kuracak kişinin öncelikle karşısındaki kişinin kendisine özgü alanına kendisini dahil etmesi gerekir. Her kişi kendi yaşadığı ya da çevresinde olan olayları kendine özgü bir şekilde algılama eğilimindedir. Her kişi dünyayı öznel bir bakış açısıyla algılar. Eğer karşımızdaki kişiyi gerçekten anlamak istiyorsak onun rolüne girmeliyiz.
- Karşımızdaki kişinin yaşadığı duygu ve düşüncelerini olduğu şekliyle yani tüm gerçekliğiyle anlayamadığımızda empati kurmuş sayılmayız. Karşımızdaki kişinin rolüne girerek onun ne düşündüğünü anlamaya çalışmamız bilişsel bir bileşen, karşımızdaki kişinin hissettiği duyguları yine onun rolüne girerek hissedebilmemiz duygusal bir bileşendir. Empati kurarken bu iki temel bileşen birbirinden ayrı düşünülemez.
- Empati kurmak isteyen kişide oluşan empatik anlayışın karşısındaki kişiye geri bildirim olarak verilmesi ise empatinin vazgeçilmez öğelerinden biridir.

Eğer karşımızdaki kişinin düşüncelerini anlayıp hissettiği duyguları hissedip bunu ona iletebiliyorsak empati sürecini gerçekleştirmiş oluruz (Dökmen, 2006).

1.1.5. Empatik Eğilim

Empatik eğilim, bireylerin empati kurabilme kapasitesini tanımlamaktadır. Empatik eğilim, duyguların anlaşılmasında kolaylık sağlarken ve bireylerin etkili iletişim kurabilmelerine yardımcı olmaktadır (Dökmen, 1988). Rogers ve Kinget (1976), empatik eğilimin sosyal duyarlılıkla oldukça bağlantılı olduğunu belirtmektedirler. Her insanda bulunmayan, bir kişilik özelliği olan sosyal duyarlılık, eğitimle geliştirilebilir bir yapıdır (akt. Akkoyun, 1982).

Empatik anlayış, terapi ve danışan ilişkisinin yanı sıra günlük hayatın birçok alanında insanları birbirine yaklaştırırken, iletişimi de kolaylaştırmaktadır. İnsan kendilerine empatik yaklaşıldığında, anlaşıldıklarını ve değer gördüklerini hissederler. Aynı zamanda anlaşıldığını ve değer verildiğini hisseden bireyler daha rahat ve psikolojik olarak daha iyi hissederler (Dökmen, 2006).

Empati kurulan kişi kadar empati kuran kişi için de empatik anlayış göstermenin faydaları vardır. Empatik becerileri ve eğilimleri yüksek olan, diğer bireylere yardım

eden bireylerin, çevreleri tarafından daha çok sevilme ve takdir edilme olasılığı artar (Ünal, 1997).

Empatik anlayış ile kurulan iletişim sayesinde çatışmalar engellenerek daha olumlu ilişkilerin kurulması sağlanmaktadır. Aynı zamanda empatik anlayış bireylerin kendilerini daha iyi tanımlarına yardımcı olurken, ben durumlarını uygun yer ve zamana göre şekillendirmelerine destek olmaktadır (Alisinanoğlu ve Köksal, 2000).

1.1.6. Ebeveynlerde Empatik Eğilim

İnsan yaşadığı çevre içinde diğer insanlarla ilişki kurma eğilimindedir. Diğerleriyle kurulan bu ilişkide insan en nihayetinde anlaşılmaq ister. Bu anlamda diğerini anlama kapasitesi olarak tanımlanan empati insan ilişkilerinde önemli bir yer tutmaktadır (Kaya ve Siyez, 2010). Empatik becerilerin ilk ipuçları bebeklik dönemine kadar dayanmaktadır. Bu becerinin doğumla birlikte başladığı, süreç içinde diğer gelişimsel öğeler gibi geliştiğı kabul edilmektedir. Bu gelişim sürecine bebeğın ilk iletişim kurduğu ebeveynlerin yaklaşımı ve çevresel etkenlerle sağladığı etkileşim etki etmektedir (Poole, Miller ve Church, 2005; akt. Sap, Özkan ve Uğurlu, 2022). Ebeveynlerin empati becerileri ve empatik beceri düzeyleri, çocukların empati becerilerinin gelişiminde oldukça önemlidir; ebeveynlerin empatik beceri düzeyleri düşük olduğunda çocukların empatik beceri düzeylerinin de düşük olduğu bildirilmektedir (Feshbach, 1990; akt. Sap, Özkan ve Uğurlu, 2022).

Lipsitt (1993)'in yaptığı araştırmada, annenin empati becerisi ve iletişim şekli ile çocuğın empati becerisi arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmaya 76 anne ve onların 8-9 yaşlarındaki çocukları katılmıştır. Araştırma sonucunda, annenin empatik becerisinin çocuğın empatik becerisi üzerinde etkin olmadığı, annenin iletişim şeklinin çocuğın empatik becerisinde etkin olduğu bulunmuştur. Annenin destekleyici iletişim tarzının kız çocuklarının empatik becerisini olumlu yönde artırırken, emredici iletişim tarzının ise erkek çocukların empatik becerilerini olumsuz yönde etkilediğı tespit edilmiştir (akt. Rehber, 2007).

Albeniz ve Paul (2004)'ün yaptığı çalışmaya çocuklarına fiziksel şiddet uygulama riski yüksek olan 29, çocuklarına fiziksel şiddet uygulama riski düşük olan 19 ebeveyn katılmıştır. Araştırma sonucunda, çocuklarına şiddet uygulama riski yüksek

olan ebeveynlerin empatik düzeyleri, şiddet uygulama riski düşük olan ebeveynlerin empatik düzeyinden daha düşük bulunmuştur. Aynı zamanda çocuklarına şiddet uygulayan ebeveynlerin eşlerine, anne ve babalarına karşı da benzer davranışlar gösterdikleri görülmüştür.

Farklı empatik eğilim düzeyine sahip annelerin çocuklarının başarı ve uyum düzeylerine etkisinin incelendiği bir başka çalışma, ortaöğretime devam eden 401 öğrenci ve bu öğrencilerin 401 annesi ile yürütülmüştür. Araştırma sonucunda, empatik eğilim düzeyi yüksek anne grubunun çocuklarının genel uyumu, empatik eğilimi düşük anne grubunun çocuklarının genel uyumuna göre daha yüksek çıkmıştır. Aynı şekilde sosyal uyum açısından da empatik eğilimi yüksek anne grubunun çocukları, düşük empatik düzey anne grubunun çocuklarından daha yüksek puanlar almışlardır. Sosyal uyumun alt boyutları aile ilişkileri, sosyal ilişkiler ve sosyal normlar ölçeklerinden empatik eğilim düzeyi yüksek anne grubunun çocukları empatik eğilim düşük anne grubunun çocuklarından daha yüksek puanlar elde etmişlerdir (Eroğlu, 1995).

1.2. Duygu Düzenleme

Duygu düzenleme, bireyin yoğun ve geçici duygusal tepkileri izlemek, değerlendirmek ve değiştirmek için kullandığı iç ve dış tepki süreçlerini içerir (Thompson, 1994). Diğer bir ifadeyle duygu düzenleme, deneyimlenen duygulara karşı esnek ve tolere edilebilir yanıtlar verme yeteneği olarak da tanımlanabilir (Cole, Michel ve Teti, 1994). Aynı zamanda duygu düzenleme, insanların duygularını nasıl deneyimlediklerini, ifade ettiklerini ve düzeylerini nasıl yükseltip azaltmaya çalıştıklarını içeren bir süreç olarak da tanımlanabilir (Gross, 1998).

Gross (1998) duygu düzenlemeyi açıklayan süreç odaklı bir model geliştirmiştir. Bu süreç modeline göre, duygular, duygunun ortaya çıkışındaki süreçte beş noktada düzenlenebilir. Bunlar; a) durumun seçimi, b) durumun değiştirilmesi, c) dikkatin odaklanması, d) bilişlerin değiştirilmesi ve e) tepkilerin değişimi. Yani modelde, birey duygunun ortaya çıkışında, çevrede duyguyu yol açan durumları, uyaranları değerlendirerek, durum ya da uyarana karşı verilecek yanıtı şekillendirir. Yanıt uyumlu veya uyumsuz bir eğilim olarak ortaya çıkabilir. Bu eğilimler ise verilen duygusal yanıtın yönünü veya gidişatını değiştirerek düzenlenebilir.

Süreç modelindeki ilk aşama durum seçimidir. Durum seçimi, potansiyel olarak duygu uyandıran bir duruma girip girmemeyi seçmek anlamına gelir. Spesifik olarak, duyguları düzenlemek için belirli insanlara, yerlere veya faaliyetlere yaklaşmayı veya bunlardan kaçınmayı seçmeyi içerir. Bir durum seçildikten sonra, ikinci aşama durum değişikliğine geçilir. Durum değişikliği, duygusal etkisini değiştirmek için durumun kendisine etki eder. Dikkatin odaklanması aşaması, birçok farklı yönü bulunan durumların, odaklanılacak yönlerini seçmek için kullanılır. Bilişsel değişim aşamasıyla, durumun belirli bir yönüne odaklandıktan sonra kişinin anlamını oluşturma şeklini değiştirmeyi ifade eder. Duygu düzenleme stratejilerinde bu dört aşama, duygusal tepki ortaya çıkmadan önce gerçekleşir. Tepkilerin değişimi aşaması ise, duygu tepkisinin etkileme girişimlerini temsil eder. Bu anlamda tepki odaklı bir duygu düzenleme stratejisi olduğu söylenebilir. İstenmeyen duyguları yönetme konusunda bu duygu düzenleme stratejilerinin her biri uyarlanabilir (Werner ve Gross, 2010).

1.2.1. Ebeveynin Duygu Düzenlemesi

Ebeveyn duygu düzenlemesinin, ebeveynlerin çocukları için önemli duygu sosyalleştirme ajanları olarak hareket etmelerinin temel yollarından biri olduğu savunulmaktadır (Bariola, Gullone ve Hughes, 2011).

Ebeveynlik sürecinde duygular, ebeveynlerin duygularının doğası ve yoğunluğundaki bireysel farklılıklar, ebeveynlik kalitesini ve ebeveyn-çocuk ilişkisini etkileyen yapılarıdır. Anne babalar kendi duygularıyla temas halinde olduklarında, çocuklarına duygusal olarak yakın olma, çocuğun iç dünyasını yansıtmaya ve çocuğun yaşadığı duygulara empatiyle yaklaşma açısından zorlanmazlar. Duyguların ebeveynlikteki rolü, çocuk-ebeveyn ilişkisini şekillendirmede önemli bir noktada durmaktadır. Ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları duygusal deneyimler, çocuğun güvenli bağlanmasına etki ederken ve çocuk-ebeveyn ilişkisine yön verir (Dix, 1991).

Literatüre bakıldığında ebeveynlerin duygu düzenleme becerileri ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkilere bakılan birçok çalışma bulunmaktadır. Örneğin; Morelen, Shaffer ve Suveg. (2016) annelerin duygu düzensizliği ile çocuklarının duygu düzensizliği arasında pozitif yönde ve çocuklarının uyumlu duygu düzenlemeleri ile negatif yönde bir ilişki olduğunu bulmuşlardır. Bilge ve Sezgin (2020) annelerin duygu düzenleme güçlükleri ile 3-6 yaş arasındaki çocuklarının duygu

düzenleme güçlükleri arasında bir ilişki bulmuşlardır. Akman (2019) da 11-14 yaş aralığındaki çocuklar ve ebeveynleri ile yürüttüğü çalışmada, çocukların duygu düzenleme güçlükleri ile ebeveynlerin duygu düzenleme güçlükleri arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğunu bulgulamıştır. Benzer bir sonuç da Fırat (2020)'ın yaptığı çalışmada elde edilmiştir. Annelerin duygu düzenleme güçlükleri ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasında negatif bir ilişki olduğu bulunmuştur.

1.3. Filial Terapi

Filial Terapi, Dr. Louise Guerney ve Dr. Bernard Guerney tarafından 1960'lı yıllarda geliştirilen, sosyal, duygusal ve davranışsal sorunları olan çocukların tedavisinde kullanılan bir yöntemdir. O yıllardan bu yana da hem klinik hem de akademik alanda ebeveyn-çocuk ilişkisini güçlendiren etkili bir yaklaşım olması sebebiyle takdir edilmektedir (VanFleet, 2021).

Filial Terapi aracılığıyla anne-babalar çocukları ile çocuk merkezli oyun seanslarının nasıl yürütüleceğini öğrenerek, çocuklardaki değişimin gerçekleşmesi için en önemli 'terapist yardımcıları' olurlar. Filial terapistler, anne-babalara 'özel oyun seansları'nı yürütmeyi psiko-eğitimsel bir çalışma ile öğretir, onlara bu konuda beceri kazanmaları konusunda yardımcı olurlar. Aynı zamanda bu seanslarda anne-babaları izleyerek onlara olumlu geribildirimlerde bulunur ve gerekli yönlendirmeleri yaparlar. Öğrendikleri bu becerilerin ev ortamına da genellenmesi konusunda anne-babaları desteklerler (VanFleet, 2021).

Filial Terapi daha çok 3-10 yaş aralığında çocuğa sahip anne-babalar ile yürütülür. Özel oyun seanslarının yapısı iki kişiliktir, yani oyun seansını ebeveynlerden biri ve çocuk gerçekleştirir. Bu uygulama, ilişkinin gelişimi ve çocuğun ihtiyaçlarının dikkatle karşılanabilmesi için en uygun ortamı sağlar (VanFleet, 2021).

Filial Terapi Nedir?

Filial Terapi kavram olarak Latince filios/filias (kız/erkek evlat) kökünden gelen 'evlat' anlamını taşımaktadır. Daha geniş bir anlamda kullanıldığında ise ebeveyn çocuk anlamına gelmektedir (VanFleet, 2021).

Filial Terapi, anne babaların çocuklarıyla çocuk merkezli oyun seanslarını yürütürken, uygulayıcıların onları eğittikleri, seansları gözlemleyip geribildirim verdikleri, kuramsal anlamda bütünsel bir yaklaşımı benimseyen bir terapi yöntemidir. Filial terapistler anne babaların becerilerini geliştirmelerine yardımcı olurken, özgüvenlerini geliştirmelerine de destek olmak adına geribildirimlerde bulunur. Terapist, ebeveynlerle iş birliği içinde çocukların oyun temaları hakkında görüşür, böylece ebeveynler çocuklarının duygularını, isteklerini ve davranışlarını bağlam içinde anlamaya başlarlar. Terapist, ebeveynlerin öğrendiği becerileri günlük hayatlarına ve ebeveynlik becerilerine dahil ederek genelleştirmelerine yardımcı olur (VanFleet, 2011).

Filial Terapi modeli ilk olarak grupla aile terapisi formatında geliştirilmiştir ve şartlar uygun olduğunda bu şekilde uygulanmaya devam edilmektedir. (Guerney ve Ryan, 2013). Aile terapisi gruplarının terapi süresi 16-24 hafta arasında değişirken, 8-12 hafta olan ebeveynlik becerileri odaklı birçok grup formatı oluşturulmuştur (VanFleet, 2021).

Filial Terapinin Temel Değerleri

Filial Terapi bir takım temel değerler çevresinde geliştirilmiştir. Bu değerler şu şekilde sıralanabilir: *Dürüstlük, açıklık, saygı, içtenlik, empatik-anlayış-kabul, ilişki, güçlendirme-özyeterlik-eğitim, tevazu, iş birliği, oyuncu bir tutum ve mizah, duyguların ifadesi, ailenin sağlamlığı* ve son olarak *dengedir*. Filial terapist bu değerleri benimseyerek, çalışmalarına yansıtır (VanFleet, 2021).

Filial Terapinin Temel Özellikleri

Ebeveyn ve çocuklarını kapsayan ve oyunu da bir yöntem olarak kullanan son yıllarda geliştirilmiş başka birçok müdahale yaklaşımı olsa da Filial Terapi ile aynı olması pek mümkün görünmemektedir. Filial Terapi, kuramsal etki anlamında zengin bir içerik barındırmaktadır. Guerney, yaratıcılık özelliği ve engin bilgisini harmanlayarak bu yaklaşımı açığa çıkarmıştır. Bu nedenle, günümüzde bile çocuklara ve ailelerine yardım etmek amacıyla birçok kuramsal yapının güçlü yanlarını bir araya getirerek, bu derecede kapsayıcı olabilen başka yaklaşımlara ender rastlanır (VanFleet, 2021).

Filial Terapi'nin temel özellikleri aşağıdadır:

Çocuk gelişiminde oyunun önemi vurgulanır ve oyun, çocukları daha iyi anlamamanın yolu olarak görülür.

Ebeveynler çocukları için değişimi sağlayan en önemli unsur olarak güçlendirilirler.

Danışan ilişkidir, birey değil.

Değişim ve gelişim için empati esastır.

Bütün aile, sürece mümkün olduğunca dahil olur.

Anne babalara psiko-eğitsel eğitim modeli uygulanır.

Ebeveynlerin çocuklarıyla başlarda yürüttüğü ön oyun seanslarında yapılan canlı süpervizörlükle somut destek ve sürekli öğrenme devam ettirilir.

Süreç tamamen işbirlikçidir (VanFleet, 2021, ss. 31-36).

Filial Terapinin Amaçları

Filial Terapinin çocuklara yönelik terapötik hedefleri şu şekildedir:

1. Duygularını tam olarak ve yapıcı bir şekilde tanımlarını ve ifade etmelerini sağlamak
2. Duyulma fırsatı vermek
3. Etkili problem çözme ve baş etme becerileri geliştirmelerine yardım etmek
4. Özgüvenlerini ve özsaygılarını artırmak
5. Anne babalarına duydukları güvenleri artırmak
6. Uyumsuz davranışları veya var olan sorunları azaltmak ya da tamamen ortadan kaldırmak
7. Proaktif ve olumlu sosyal davranışlar geliştirmelerine yardım etmek
8. Sosyal, duygusal, düşünsel, davranışsal, fiziksel, ruhsal bütün alanlarda sağlıklı ve dengeli bir çocuk gelişiminin yolunu açan güvenli bağlanma ilişkilerinin kurulmasına ve açık, bağları kuvvetli bir aile ortamının sağlanmasına katkıda bulunmak (VanFleet, 2021, s. 38).

Filial Terapinin ebeveynlere yönelik terapötik hedefleri ise aşağıdaki gibidir:

1. Genel olarak çocuk gelişimi konusundaki idraklerini artırmak
2. Özelde ise kendi çocuklarını daha iyi anlamalarını sağlamak

3. Oyunun ve duyguların hem kendi hayatlarında hem de çocuğun hayatındaki önemini fark etmelerini sağlamak
4. Çocuklarına karşı duydukları hayal kırıklığı hissini azaltmak
5. Çocuk yetiştirmede daha iyi sonuçlar almanın yolunu açan çeşitli becerilerin geliştirilmesinde ebeveynlere yardımcı olmak
6. Ebeveynlik becerilerinde kendilerine güvenlerini artırmak
7. Çocuklarıyla iletişimlerini artırmak ve bunun devamlılığını sağlamak
8. Takım olarak daha iyi çalışmalarını sağlamak
9. Çocuklarına karşı besledikleri sıcaklık ve güven duygularını artırmak
10. Ebeveynlikleriyle ve çocuklarıyla ilişki kurarken kendi meselelerinin üstesinden gelebildikleri, tehditkar olmayan, kabul edici bir atmosfer sağlamak (VanFleet, 2021, ss. 38-39).

Genel olarak Filial Terapi, öncelikle sorunların kaynağını bularak onları ortadan kaldırmayı; çocuk ve ebeveynler arasındaki ilişkileri, olumlu etkileşimleri ve bağlanma ilişkilerini geliştirmeyi ve gelecek dönemde yaşanabilecek sorunlara yönelik ebeveynlerin ve çocukların birbirlerini etkilemeden, etkili bir şekilde başa çıkabilecek iletişim, baş etme ve problem çözme becerilerini geliştirmeyi hedef alır (VanFleet, 2021).

1.3.1. Oyun Terapisi

Oyun, çocukların doğal gelişim sürecinde ve bütünlüğünde oldukça önemli bir yere sahiptir, öyle ki Birleşmiş Milletler de çocukların haklarını tanımlarken oyunun devredilemeyen ve evrensel bir hak olduğunu vurgulamıştır. Oyun, çocukluğun tek merkezi aktivitesi olarak her zaman ve her yerde açığa çıkabilir. Çocuklar yaradılıştan nasıl oyun oynayacaklarını bilmektedirler, onlara bunu öğretmek gerekmez (Landreth, 2021). Frank (1982), oyunu, çocukların kimseden öğrenemeyecekleri şeyleri öğrenme yolu olarak kullandığı bir alan olarak tanımlar. Çocuklar oyun aracılığıyla kendilerini insanların, hayvanların, yapıların, eşyaların ve uzayın gerçek dünyasına uyumlandırmanın bir araştırmasını yaparlar. İnanların dünyasında yer alan sembollerin anlamlarını, değerlerini anlamlandırmaya çalışan çocuklar, bunu oyunla kendi yöntemlerini de geliştirerek bir keşif sürecine dönüştürürler (akt. Landreth, 2021).

Papalia ve Olds (1986), on-on bir yaş altındaki çocukların hareketsiz kalmakta zorlandığını belirtmektedir. Bu anlamda oyun terapisi, çocukların içindeki fiziksel olarak hareket etme ihtiyacını karşılamaktadır. Çocuklar oyunda engellerin üstesinden gelerek, zor hedefleri başararak, hayattaki görevlere hazırlanarak deşarj olurlar. Oyunla birlikte fiziksel temas kuran çocuklar, kabul edilebilir düzeyde agresif davranırken diğerleriyle iyi geçinmeyi de öğrenirler. Oyunda rekabet etme ihtiyaçlarını karşılarlar. Oyun, çocukların hayallerini açığa çıkarmalarına, kültürel öğeleri öğrenmelerine ve bu anlamdaki becerileri geliştirmelerine destek olur (akt. Landreth, 2021).

Axline (2020), çocuğun kendisini ifade etmesinde oyunu doğal bir yol olarak kullandığı gerçeğini oyun terapisinin temeline oturtmaktadır. Nasıl ki yetişkin bireyler zorlandığı konuları *konusarak* ifade ediyorsa çocuklar da bunu *oynayarak* ifade ediyorlar. Landreth (2021) da benzer şekilde çocukların duygularını sözel olarak ifade etmekte zorlandıklarını dile getirmektedir. Çünkü çocuklar gelişimsel olarak duygularını bilişsel, sözel olarak ifade edebilecek becerilere küçük yaşlarda sahip değildirler. Kelimeler iletişimin sembolleridir ve semboller de soyut kavramlardır. O nedenle sözel iletişim kurmaya başlanıldığında bunun soyut bir doğası vardır. Çocuğun dünyası gelişimsel olarak bakıldığında somuttur. Oyun ile çocuğun somut dünyasına temas edilebilir.

Landreth (2021), oyun terapisini şu şekilde tanımlamaktadır. “... *oyun terapisi; bir çocuk (veya herhangi yaştaki bir kişi) ile oyun terapisi prosedürlerinde eğitilmiş, seçilen oyun malzemelerini sağlayan ve çocuğun (veya herhangi bir yaştaki kişinin) doğal iletişim aracı olan oyun yoluyla optimal büyüme ve gelişme için kendini (duyguları, düşünceleri, deneyimleri ve davranışları) tamamen ifade etmesi ve keşfetmesi olarak tanımlanır.*”

VanFleet (2004) ise oyun terapisini şu şekilde tanımlamaktadır. “*Oyun terapisi; iletişimi, ilişki kurmayı, ifade etmeyi ve problem çözmeyi destekleyecek duygusal olarak güvenli bir terapötik ortam yaratarak çocukların doğal eğilimlerini kullanan geniş bir çalışma alanıdır.*”

1.3.2. Oyun Terapisi Tarihi

Birçok psikoloji kuramının dayandığı gibi o dönemlerde oyun terapisi olarak isimlendirilmese de oyun terapisinin ilk izleri de Freud'un kuramına dayanmaktadır. Freud'un takip ettiği "Küçük Hans" vakasında Freud, bir fobisi olan, atın kendisini ısırmasından korkan ve bu yüzden evden çıkamayan çocuğun babasını çocuğun oyun davranışlarını gözlemlemesi yönünde yönlendirir. Bu gözlemleri yazılı bir rapor olarak isteyen Freud sonrasında oyun davranışlarını analiz eder (Landreth, 2002; Ray, 2020).

Hans vakasının ardından terapide çocuğun kendini ifade etmesi için oyun materyallerini sunan ilk terapistlerden birisi Hermine Hug-Hellmuth (1921) analiz ederek oyunu terapötik bir araç olarak kullanmıştır (akt. Landreth, 2021; Ray, 2020). Hellmuth'un çalışmalarını takip eden süreçte Melanie Klein ve Anna Freud'un psikanalizin bir yöntemi olarak çocuklarla oyunu kullanmaları oyun terapisinin bilinmesi ve yaygınlaşmasına büyük katkı sağlamıştır (akt. Landreth, 2021; Ray, 2020). Her iki kuramcı da oyuncaklar ile serbest oyun oynayarak, yönlendirici olmayan oyun terapisi yaklaşımını kullanmışlardır. Bu uygulamalar, psikanalitik oyun terapisinin teorik bir zemine oturmasına ve oyun terapisi tarihinde ilk düzenli yaklaşım olmasına olanak sağlamıştır (Ray, 2020).

Oyun terapisi tarihinde ikinci bir dönem, David Levy (1938)'nin yapılandırılmış oyun terapisi yaklaşımı olan serbest bırakma terapisinin (salınım-boşaltım terapisi) travmatik çocuklarda uygulanmasıyla başlamıştır (akt. Landreth, 2021; Ray, 2020). Levy, bu çalışmalarında katarsis aracılığıyla çocukların travmalarını çözümleyeceğine inandığı oyuncakları kullanmıştır. Gove Hambridge (1955) ise serbest bırakma terapisini geliştirerek, çocukları yaşadıkları stresli durumları tanımlamaları konusunda yönlendirmiş ve sonrasında serbest oyuna izin vererek yaklaşımını yapılandırılmış oyun terapisi adını vermiştir (Ray, 2020).

İlişkisel oyun terapisi olarak bilinen dönem oyun terapisi tarihinde üçüncü önemli gelişmedir. Jesse Taft ve Fredrick Allen (1934) ilişkisel oyun terapisinin temellerini, Otto Rank (1936)'ın çalışmasını temel alarak oluşturmuşlardır. Taft ve Allen, çocuklara oynayıp oynamama ya da kendi etkinliklerini yönlendirme konusunda özgürlük verirler. Çünkü çocukları davranışlarını işlevsel şekilde değiştirme kapasitesi olan bireyler olarak görürler. Çocukların mevcut duygularına ve tepkilerine dikkat veren bu yaklaşım, terapinin süresinde önemli bir azalmaya yol açmıştır (akt. Landreth, 2021).

Oyun terapisinde sonraki dönem tartışmasız en etkili dalgayı oluşturan, Carl Rogers (1902-1987)'ın birey merkezli terapi yaklaşımının oyun terapisine entegre edilmesidir. Rogers'ın hem öğrencisi hem de meslektaşı olan Virginia Axline (1947) birey merkezli terapinin tüm felsefe ve ilkelerini çocuklarla çalışmalarında kullandığı oyun terapisine uygulamıştır. Axline, çocukların iç dünyalarını oyun ile açığa çıkarmak amacıyla özel seçilmiş belirli oyuncaklarla dolu olan bir odanın çocuk için güvenli ve uygun bir ortam olduğunu savunmaktadır. Axline, oyun terapisinin yöntemlerini araştırma yöntemleri ile araştırmaya koyulan, yöntemin etkili olduğuna dair ilk kanıt sunan oyun terapistidir (Ray, 2020).

Yönlendirici olmayan oyun terapisi, çocuğun büyümesinde büyük bir rol oynayan önemli bir fırsattır. Çocuk için oyun, kendini en iyi ifade etme yolu olduğundan hayal kırıklığı, gerginlik, güvensizlik, saldırganlık, kafa karışıklığı, şaşkınlık ve korku gibi açığa çıkmamış duygular oyun aracılığıyla dışarı aktarılmış olur. Açığa çıkan duygularla çocuk yüzleşir, duyguları denetlemeyi öğrenir ve bu duygulardan uzaklaşır. Duygusal bir rahatlama yaşayan çocuk, kendisi olma, kendi kararlarını verme ile psikolojik olarak olgunlaşmaya ve kendiliğini fark etmek için var olan gücünü hissetmeye başlar (Axline, 2020).

Yönlendirici olmayan oyun terapisi Guerney (2001) ve Landreth (2002)'in çalışmaları ile birlikte çocuk merkezli oyun terapisi (ÇMOT) olarak bilinir hale gelmiştir. Bu yaklaşımın ardından 20. Yüzyılın ikinci yarısından sonraki süreçte de birçok psikoloji kuramı oyun terapisi yöntemlerine uygulandı. Adlerian, Jungcu, psikodinamik, Gestalt, bilişsel davranışçı ve bağlanma kuramlarıyla çalışan çocuk terapistleri oyun terapisini bu yaklaşımlarla tanımlamaya başlamışlardır (Ray, 2020).

1.3.3. Çocuk Merkezli Oyun Terapisi

Çocuk merkezli oyun terapisi, oyun terapisi türleri içerisinde yönlendirici olmayan oyun terapisi kategorisi içerisinde yer almaktadır. Oyun terapisi yönlendirici şekilde yapıldığında, terapist çocuğu yönlendirme ve çocuğun davranışlarını yorumlama sorumluluğunu taşır. Ancak yönlendirici olmayan oyun terapisinde ise bu sorumluluk terapistten çocuğa geçer; çocuk yön verme sorumluluğunu alır (Axline, 2020).

Çocuk merkezli oyun terapisi, yaşamlarında çocuklarla iletişim kuranlar için kapsayıcı bir yaklaşımdır; öyle ki sadece oyun odasında oyun terapisti rolüne girmekten öte hayatı yaşayış biçimini, tutum ve davranışlarıyla çocuklarla ilişkisine yansıtan bir felsefe olduğu söylenebilir (Landreth, 2021).

Axline (2020) yönlendirici olmayan terapi oturumlarının hepsinde geçerli ve yol gösterici olan temel ilkeleri tanımlamıştır. Bu ilkelerin işe yaraması için terapist tarafından içten ve tutarlı bir şekilde ve akıllıca takip etmesi gerekir. İlkeler ise şu şekildedir:

- 1) Terapötik ittifakın çocuk terapist arasında kurulabilmesi için sıcak ve dost canlısı bir ilişki geliştirilmelidir.
- 2) Çocuk terapist tarafından olduğu haliyle tam olarak kabul edilmelidir.
- 3) Çocukla kurulan ilişkide terapist izin verici bir tutumda olur ve bu çocuğun duygularını ifade etmede özgür hissetmesini sağlar.
- 4) Çocuğun duyguları terapist tarafından dikkatli bir şekilde fark edilir ve çocuğun davranışlarına dair içgörü kazanması adına duygular yansıtılır.
- 5) Çocuk kendi sorunlarını çözebilme konusunda bir potansiyele sahiptir. Terapist bu bilinçle hareket eder, seçim yapma ve değişimi başlatma konusunda sorumluluk çocuğa aittir.
- 6) Çocuk oyunu, davranışlarını, konuşmalarını kendisi yönlendirir. Terapist çocuğun açtığı yolda, ona eşlik ederek ilerler.
- 7) Terapist, terapi sürecini hızlandırmaya çalışmaz. Bu süreç yavaştır ve terapist bunun farkındadır.
- 8) Terapist çocuğu dış dünyaya bağlamak için ve ilişkideki sorumluluğunu fark etmesi için sınırlar koyar.

1.3.4. Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi

Filial Terapi'nin kısa süreli yapılandırılmış modeli Garry Landreth tarafından geliştirilmiştir. Ebeveynler bu formatta 10 seans boyunca çocuk merkezli oyun terapisinin prensipleri ve becerileri konusunda eğitim alırlar. İlk 3 seans boyunca filial eğitim seansına katılan ebeveynler çocuklarıyla oyun seansına bu 3 seansın sonrasında başlarlar, toplamda 7 seans ebeveynler çocuklarıyla oyun seansı gerçekleştirirler (Landreth, 2021).

Çocuk-Ebeveyn İlişkileri Terapisi (ÇEİT) Uygulama Kılavuzu: Kanıta Dayalı 10 Oturum Filial Terapi Modeli 2. Baskısı Landreth ve Bratton tarafından 2019 yılında uygulama kılavuzu şeklinde yayınlanmıştır. Bu kılavuzda yer alan ÇEİT protokolü eğitim ve sertifika almış ruh sağlığı uzmanlarının uygulama rehberi şeklinde tasarlanmıştır. 10 oturumun tamamının nasıl yapılandırılacağına dair Terapist Protokolü ve ebeveynlerin eğitim boyunca kullanacakları Ebeveyn Kitapçığı bu rehber içerisinde yer almaktadır (Landreth ve Bratton, 2023). Eğitim materyallerini kopyalama sadece kişisel kullanıma açık olduğundan araştırma içerisinde yalnızca oturumların içeriğine dair genel bilgiler verilecektir.

1. Oturum: Ebeveynlerle tanışılır. Terapist önce kendisini tanıtır, ardından kısaca ebeveynler kendilerini tanıtır. ÇEİT'in eğitim hedefleri ve temel kavramlara giriş yapılır. Eğitim içerisinde yer alan üç temel kural üzerinde durulur. 10 haftalık eğitimin sonunda onları nelerin beklediği üzerinde konuşulur. Temel becerilerden yansıtıcı yanıtlama tekniği ile ilgili konuşulur. Bir video izlenmesinin ardından duygularla ilgili uygulama yapılır. İlk oturumun ödevleri açıklanarak oturum sonlanır.
2. Oturum: Haftalarının nasıl geçtiği ile oturuma başlanır. İlk oturumun ödevleri gözden geçirilir. Oyun oturumlarında kullanılacak olan oyuncakların neler olduğu gösterilir ve oyuncaklar incelenir. Gelecek oturuma kadar oyuncak listesindeki oyuncakların yarısının temin edilmesi istenir. Eğitim içerisinde yer alan iki temel kural üzerinde durulur. Temel oyun seansı becerileri ebeveynlerle birlikte rol oyunu şeklinde canlandırılır. Oyun seansını evde ne zaman ve nerede yapacaklarına dair konuşulur. İkinci oturumun ödevleri açıklanarak oturum sonlanır.
3. Oturum: Ebeveynlerle topladıkları oyuncaklar ve nasıl temin ettikleri konusunda konuşulur. Önceki oturumun ödevleri hakkında konuşulur. Oyun seansını nasıl yapacaklarına dair prosedürler üzerinde çalışılır. Yapılacaklar ve yapılmayacaklar listesi dikkatlice incelenir. Örnek bir oyun seansı videosu izlenir. Ebeveynlerle rol oyunu yapılır, temel sınır belirleme anlatılır. Oyun seansını çocuklarına nasıl açıklayacakları konuşulur. Gelecek oturuma kadar oyuncak listesindeki oyuncakları tamamlamaları istenir. Bir ya da iki ebeveyn

ile gelecek haftaya kadar oyun seansını video kaydı yapmaları konusunda anlaşılır. Üçüncü oturumun ödevleri açıklanarak oturum sonlanır.

4. Oturum: Ebeveynlerle haftalarının nasıl geçtiği hakkında konuşulur. Önceki oturumun ödevleri hakkında konuşulur. Eğitim içerisinde yer alan iki temel kural üzerinde durulur. Video kaydı getiren ebeveynlerin seanslarının nasıl geçtiği hakkında bilgi alınır, ardından video gösterimi yapılır. Diğer ebeveynlerle birlikte video seansı değerlendirilir. Sınır belirleme ile ilgili çalışma notları üzerinde durulur. Ebeveynlerin zorlanacaklarını düşündükleri senaryolar hakkında canlandırmalar yapılır. Gelecek hafta video getirecek iki ebeveyn ile anlaşılır. Dördüncü oturumun ödevleri açıklanarak oturum sonlanır.
5. Oturum: Oyun seanslarında ebeveynlerin nasıl hissettikleri paylaşılır. Önceki oturumun ödevleri hakkında konuşulur. Eğitim içerisinde yer alan bir temel kural üzerinde durulur. Bir önceki oturumun aynısı takip edilerek iki ebeveynin oyun seansı değerlendirilir, diğer ebeveynlerle birlikte geri bildirim yapılır. Sınır koyma becerileri hakkında ebeveynlerle konuşulur. Ebeveynlerin en zorlandıkları becerilere odaklanılarak, rol oyunu şeklinde canlandırmalar yapılır. Gelecek hafta video getirecek iki ebeveyn ile anlaşılır. Beşinci oturumun ödevleri açıklanarak oturum sonlanır.
6. Oturum: Ebeveynlerle haftalarının nasıl geçtiği hakkında konuşulur. Önceki oturumun ödevleri hakkında konuşulur. Eğitim içerisinde yer alan iki temel kural üzerinde durulur. Bir önceki oturumun aynısı takip edilerek iki ebeveynin oyun seansı değerlendirilir, diğer ebeveynlerle birlikte geri bildirim yapılır. Çocuklara seçenek sunma konusunda çalışılır. Ebeveynlerin sık sorduğu sorular hakkında konuşulur. Gelecek hafta video getirecek iki ebeveyn ile anlaşılır. Altıncı oturumun ödevleri açıklanarak oturum sonlanır.
7. Oturum: Ebeveynlerle haftalarının nasıl geçtiği hakkında konuşulur. Önceki oturumun ödevleri hakkında konuşulur. Eğitim içerisinde yer alan bir temel kural üzerinde durulur. Bir önceki oturumun aynısı takip edilerek iki ebeveynin oyun seansı değerlendirilir, diğer ebeveynlerle birlikte geri bildirim yapılır. Gelişmiş seçenek sunma hakkında çalışılır. Seçimler konusunda eğitim videosu izlenir. Özgüven geliştirme ile ilgili çalışmalar yapılır. Gelecek hafta video getirecek iki ebeveyn ile anlaşılır. Yedinci oturumun ödevleri açıklanarak oturum sonlanır.

8. Oturum: Ebeveynlerle haftalarının nasıl geçtiği hakkında ve önceki oturumun ödevleri hakkında konuşulur. Eğitim içerisinde yer alan bir temel kural üzerinde durulur. Bir önceki oturumun aynısı takip edilerek iki ebeveynin oyun seansı değerlendirilir, diğer ebeveynlerle birlikte geri bildirim yapılır. Övgü yerine teşvik konusunda çalışmalar yapılır. Gelecek hafta video getirecek iki ebeveyn ile anlaşılır. Sekizinci oturumun ödevleri açıklanarak oturum sonlanır.
9. Oturum: Ebeveynlerle haftalarının nasıl geçtiği hakkında ve önceki oturumun ödevleri hakkında konuşulur. Eğitim içerisinde yer alan iki temel kural üzerinde durulur. Bir önceki oturumun aynısı takip edilerek iki ebeveynin oyun seansı değerlendirilir, diğer ebeveynlerle birlikte geri bildirim yapılır. Gelişmiş seçenek sunma ve sınırı seans dışında kullanma ile ilgili çalışmalar yapılır. Dokuzuncu oturumun ödevleri açıklanarak oturum sonlanır.
10. Oturum: Ebeveynlerle haftalarının nasıl geçtiği hakkında ve önceki oturumun ödevleri hakkında konuşulur. Dokuz oturum boyunca işlenen temel kuralların üzerinden bir kez daha geçilir ve ebeveynler kendileri için en anlamlı temel kuralın ne olduğunu paylaşır. Eğitimin tamamı hakkında, ebeveynlerin kendileri ve çocuklarındaki değişim hakkında konuşulur. Oyun seanslarına eğitim bittikten sonra da devam etmeleri konusunda ebeveynler bilgilendirilir. Okumalar yapmaları için ebeveynlere öneriler verilir. Oturumlar sonlandırılır.

1.3.5. Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Filial Terapi ile ilgili etkinlik araştırmaları incelendiğinde Amerika Birleşik Devletleri'nde kırkın üzerinde araştırmada bu yaklaşımın çocuklara, anne babalara ve aile ortamına olumlu katkıları olduğu gösterilmiştir (Bratton, Landreth ve Lin, 2010). 1967 yılında Stover ve Guernsey Filial Terapi'nin etkinliğini araştırmak amacıyla duygusal probleme sahip çocuklar ve onların anneleri ile 10 seanslık uygulamayı devreye koyarak bu alandaki ilk etkinlik incelenmesini başlatmıştır. Bu çalışmanın kontrol grubunu 12 anne-çocuk çifti ve müdahale grubunu 16 anne-çocuk çifti oluşturmuştur. Annelerin çocuklarıyla kaydettikleri oyun seanslarındaki davranışların kodlanması ile incelemeler yapılmıştır. Elde edilen veriler, Filial Terapi müdahalesinden sonra müdahale grubundaki annelerde, kontrol grubundaki annelere göre yansıtıcı cümlelerin daha fazla kullanıldığı, aynı zamanda annelerin yönlendirici cümlelerinin

anlamalı düzeyde azaldığı görülmüştür. Araştırmada annelerdeki olumlu değişimlerle çocuklarda da benzer şekilde anneleri ile daha olumlu etkileşim kurdukları bulunmuştur (Stover ve Guernsey, 1967).

1960'lı yıllardan 1990'lı yıllara gelindiğinde Filial Terapi ile ilgili araştırmaların sayılarının arttığı gözlemlenmiştir. Çocuk Merkezli Oyun Terapisi'nin öncülerinden Garry Landreth'in Filial Terapi konusunda da öncül olmasıyla birçok araştırma yapılmıştır. Bratton ve Landreth (1995) 10 haftalık Filial Terapi müdahale programının etkinliğini çocuğuna tek başına bakım veren anne ve babalar ile incelemişlerdir. 22 ebeveyn uygulama grubunda yer alırken, 21 ebeveyn kontrol grubunda yer almıştır. Uygulamada ebeveynlerin çocuklarıyla oyun oynarken gözlemleri kaydedildiğinde; Filial Terapi sonrasında uygulama grubunda yer alan ebeveynlerin kontrol grubundakilere kıyasla çocuklarına daha yüksek düzeyde empatik davranışlar gösterdiği bulunmuştur. Ebeveynlerin çocuklarını kabul düzeyleri ve ebeveynlik ile ilgili stres düzeyleri ölçülmüştür. Filial Terapi sonrasında uygulama grubundaki anne babaların, kontrol grubundaki anne babalara oranla çocuklarına karşı kabullenici davranışlarda artış olduğu ve ebeveynlik ile ilgili stres düzeylerinde ise azalma olduğu bulgulanmıştır. Çocukların problem davranışları ile ilgili ebeveynlerin verdiği yanıtlar da ölçülmüştür. Bu açıdan Filial Terapi sonrasında uygulama grubundaki ebeveynler çocuklarındaki problemleri davranışlarda anlamalı azalmalar olduğunu belirtmişlerdir. Uygulama sonrasında alınan ölçümlerde uygulama grubunda yer alan çocukların problem davranış ortalamaları kontrol grubundaki çocuklara göre anlamalı düzeyde düşük bulunmuştur.

Bir başka çalışmada ise ebeveynlerin gözünden Filial Terapi'yi anlamak adına bir araştırma yürütülmüştür. 20 evli çift çocukları ile Filial Terapi'ye katılmış ve onlarla görüşmeler yapılmıştır. Ebeveynler Filial Terapi sonrasında çocuklarıyla iletişimlerinde olumlu gelişmeler olduğunu ifade etmişlerdir. Ebeveynler çocuklarında da saldırgan davranışların azaldığını belirtmişlerdir. Aynı zamanda Filial Terapi'de içselleştirilen beceriler, çiftler tarafından eşleri ile olan ilişkilerinde de kullanılmaya başlanmıştır. Ebeveynlerin çocukların oyunlarına karşı da daha anlayışlı ve kabullenici bir tutumda oldukları görülmüştür (Bavin-Hoffman, Jennings ve Landreth, 1996).

Cinsel taciz öyküsü olan çocuklar ve cinsel tacizde bulunmamış olan ebeveynleri ile Costas ve Landreth (1999) bir Filial Terapi çalışması yürütmüştür. 10 haftalık Filial Terapi'nin etkinliğini inceleyen araştırmada, ebeveynlere ölçek uygulamaları

yapılırken, ebeveyn ve çocuk oyunlarının kayıtlarının gözlem bulguları ve çocuklara uygulanan çizim testleri de veri olarak kullanılmıştır. Uygulama grubu 14 ebeveynden oluşurken, kontrol grubunda 12 ebeveyn yer almıştır. Filial Terapi sonrasında ebeveynlerin çocukları ile kurdukları etkileşimde empatinin arttığı, çocuklarına karşı daha kabullenici tavırlarının olduğu ve stres düzeylerinde anlamlı bir azalma yaşandığı bulunmuştur. Çocukların problem davranışları kıyaslandığında Filial Terapi sonrası uygulama ve kontrol gruplarında yer alan çocuklar arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Amerika’da yerli halkın yaşadığı bir bölgedeki anneler ve büyük anneler ile 10 haftalık Filial Terapi uygulamasının etkinliğinin incelendiği diğer bir çalışmada uygulama grubunda 14 ebeveyn, kontrol grubunda 11 ebeveyn yer almıştır. Çalışmanın verileri ebeveynlerden alınan ölçekler, çocuklardan alınan ölçekler ve ebeveyn çocuk oyunlarının gözlemleri ile toplanmıştır. Ölçek verilerinden elde edilen sonuçlara göre gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak gözlem verilerine göre uygulama grubundaki ebeveynlerin kontrol grubundaki ebeveynlere göre çocuklarıyla oyunlarındaki etkileşimlerinde daha empatik bir yaklaşımda oldukları görülmüştür. Uygulama grubunda yer alan ebeveynlerin Filial Terapi’den sonra çocuklarına karşı daha kabul edici bir iletişim tarzı gösterdikleri, çocuklarının yönlendirmelerine daha izin verici oldukları ve oyun oturumlarında çocuklarına karşı daha ilgili oldukları bulunmuştur. Uygulama grubunu oluşturan çocukların oyunlarında da olumlu davranışların artış gösterdiği bulgulanmıştır (Glover ve Landreth, 2000).

Filial Terapi, Çinli ebeveynlerin (Yuen-Fan Chau ve Landreth, 1997; Yuen, Landreth ve Baggerly, 2002; Yuen, 2010), Koreli ebeveynlerin (Lee, 2003) ve Amerika’da yaşayan Afrika kökenli ebeveynlerin (Sheeley-Moore ve Landreth, 2010) oluşturduğu gruplarla çalışılmıştır ve bu gruplarla yapılan çalışmalarda da Filial Terapi’nin etkinliği ortaya konulmuştur. Amerika’da yaşan Çin kökenli aileler ile Yuen-Fan Chau ve Landreth (1997)’in yaptıkları araştırmada, 10 haftalık Filial Terapi’nin etkinliği incelenmiştir. Filial Terapi’nin problem çözmeye yönelik bir terapi yaklaşımı olmasındansa, ebeveyn-çocuk ilişkisini güçlendirmeyi amaçlayan bir terapi yaklaşımı olması sebebiyle araştırmacılar tarafından Çin kültürüne uyarlanabileceği düşünülmüştür. Uygulama ve kontrol gruplarında 18’er anne ya da baba olacak şekilde araştırma deseni oluşturulmuştur. Araştırmada ebeveynlerin kabullenicilik, stres düzeyleri ile çocukların problemleri ölçekler aracılığıyla ölçülmüştür. Ölçeklerden

alınan veriler ebeveynlerin Filial Terapi sonrasında kontrol grubunda yer alan ebeveynlere kıyasla çocuklarına karşı kabullenicilik düzeylerinde artış olduğunu göstermiştir. Aynı zamanda Filial Terapi sonrasında uygulama grubundaki ebeveynler kontrol grubundakilere göre ebeveynlik konusunda daha az stresli olduklarını ifade etmişlerdir. Çalışmanın gözlem verileri analiz edildiğinde, Filial Terapi sonrası uygulama grubundaki ebeveynlerin empatik davranışlarının kontrol grubundakilere göre anlamlı düzeyde artış gösterdiği bulunmuştur.

Farklı kültürlerde Filial Terapi ile ilişkili yapılan etkinlik çalışmalarının, Filial Terapi'nin ebeveyn çocuk ilişkisini güçlendirdiğine, çocuklarda görülen problem davranışları azalttığına, ebeveynlerin ebeveynlikten kaynaklanan stres düzeylerini azalttığına, ebeveynlerin çocuklarına karşı empatik ve kabullenici yaklaşımı artırdığına, aynı zamanda aile içi ilişkilere de etki ettiğine dair sonuçlar raporlanmıştır. Ülkemizde Filial Terapi yaklaşımı ile yapılan etkinlik çalışmalarına bakıldığında araştırma sayılarının oldukça kısıtlı olduğu görülmektedir. Bu bölümde Türkiye'de yapılan araştırmalar özet olarak sunulacaktır.

Akgün ve Yeşilyaprak (2010) anne çocuk ilişkisini oyunla geliştirme programının etkililiğini araştırdıkları çalışmada oyun terapisi ve Filial Terapi'den yola çıkarak Anne Çocuk İlişkisini Oyunla Geliştirme Eğitim Programını geliştirmişlerdir. Bu çalışma kapsamında 4-5 yaşında çocuğu olan anneler deney, kontrol ve plasebo gruplarını oluşturarak ön test, son test ve izlem verilerini oluşturmuşlardır. Yapılan analizler sonucunda deney grubundaki annelerin çocukları ile ilişkilerinde kontrol ve plasebo grubundaki annelerin çocuklarıyla ilişkilerine göre anlamlı bir gelişme olduğu bulunmuştur.

Bir TÜBİTAK projesi olarak yürütülen çalışmada ise duygusal ve davranışsal problemler açısından çocukların risk durumları tespit edilerek, ailenin işlevselliği, ebeveynlerin tutum ve davranışlarındaki değişiklikler, ebeveyn-çocuk etkileşiminde meydana gelen değişiklikler incelenmiştir. Verilerin elde edilmesinde annelerden alınan veriler, öğretmen görüşmeleri ve bağımsız gözlemcilerin görüşleri kullanılmıştır. Aynı zamanda çalışma yürütülürken Filial Terapi El Kitabı Türkçe' ye çevrilerek, kültüre uygun hale getirilmiş, böylece Türkiye'de bir örneklem üzerinde etkinliğin incelenmesi amaç edinilmiştir. Araştırma sonucunda Filial Terapi uygulama grubunda olan risk altındaki çocukların annelerinden alınan geribildirimlere göre; çocukların duygusal ve

davranışsal problemlerinde azalma olduğu gibi içe yönelim ve dışa yönelim problemlerinde de azalmalar olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda uygulama grubundaki çocukların öğretmenlerinden elde edilen veriler de Filial Terapi uygulaması sonrasında bu çocukların dışa yönelim problemlerinde anlamlı düzeyde bir azalma olduğu bulunmuştur. Uygulama grubunda yer alan ebeveynlerin aile içi roller, duygusal tepkiler verebilme, davranış kontrolü ve genel işlevler konusunda yaşadığı problemlerin azalmasına Filial Terapi'nin etki ettiği bulunmuştur (Kafescioğlu, Özer ve Çarkoğlu, 2012).

Bulut Ateş (2015) boşanmış annelerin stres, kabul ve empati düzeylerine etkisini incelemek amacıyla 10 haftalık Filial Terapi uyguladığı bir çalışma yürütmüştür. Deney ve kontrol gruplarından oluşan çalışmada ön test, son test ve izlem verileri analiz edilerek Filial Terapi'nin etkisi araştırılmıştır. Çalışma sonucunda, Filial Terapi eğitiminin boşanmış annelerin stres düzeylerinin düşmesine, annelerin kabul ve empati düzeylerinin artmasına etki ettiği bulunmuştur. Ayrıca bu etkinin izlem verilerine göre de uzun süre devam ettiği görülmüştür.

Öztekin (2017) yaptığı çalışmada 3-10 yaş arasında gelişimsel problemleri olan çocuklarda ve ebeveynlerinde 10 Haftalık Filial Terapi'nin etkisini incelemiştir. Uygulama grubunda yer alan annelerin Filial Terapi öncesindeki ve sonrasındaki ebeveyn kabul ve empati düzeylerine, aynı zamanda Filial Terapi uygulaması öncesinde ve sonrasında çocuklardaki problem düzeylerine bakılmıştır. Araştırma sonucunda Filial Terapi'nin çocukların problemlerini azalmasında, ebeveynlerin ise çocuklarını kabul ve empati düzeylerinin artmasında etkili olduğu bulunmuştur.

Yavuz (2017) çocuk yuvasında kalan 70 korunma ihtiyacı olan çocukla ve aynı yuvada çalışan 21 bakım elemanı ile Filial Terapi'nin etkisini incelediği bir araştırma yapmıştır. 21 bakım elemanının tamamına 10 haftalık Filial Terapi eğitimi ve 3 seans süpervizyon verilmiştir. 33 çocuk uygulama grubunu, 37 çocuk ise kontrol grubunu oluşturmuştur. Bakım elemanlarının 10 oturum uygulama grubunda yer alan çocuklarla oyun seansı yapmaları sağlanmıştır. Araştırma sonucunda, Filial Terapi eğitiminin bakım elemanlarının kaygı düzeylerini azaltmada ve öz-yeterlilik düzeylerini artırmada etkili olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda uygulama grubundaki korunma ihtiyacı olan çocukların problem davranışlarının kontrol grubundaki çocuklara göre anlamlı düzeyde azaldığı bulunmuştur.

Genç (2023), deneysel bir araştırma olarak yürüttüğü çalışmasında 6 kişilik oluşturduğu deney ve kontrol gruplarına 10 haftalık Filial Terapi eğitimini uygulamıştır. Filial terapinin çocuğun problemli davranışlarını, ebeveynlerin bu problemi algılayış şeklini, ebeveynin psikopatolojik belirti, empati, ebeveynsel kabul ve aleksitimi düzeyini belirleyerek, bunların ebeveyn çocuk ilişkisine etkisi incelenmiştir. Elde edilen veriler sonucunda, Filial Terapi'ye katılım gösteren ebeveynlerin ebeveyn kabulü ile karşılıksız sevgi ve çocuğun benzersiz olduğunu takdir alt boyutları arasında olumlu ilişki bulunurken, empati, çocuğa kabulü iletme, çocuğun kendini yönlendirmesine olanak sağlama ve oyuna katılım alt boyutlarında artış olduğu görülmüştür. Ebeveynlerin çocuklarında algıladıkları problemli sosyal davranış, duygu kontrol güçlüğü, ebeveynin depresyon, aleksitimi, duygularını tanımda güçlük ve duygularını söze dökmede güçlük alt boyut puanlarında azalma olduğu görülmüştür.

2. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Bu bölümde araştırma yöntemi sunulmaktadır. Araştırmanın deseni, araştırma grubu, veri toplama araçları, deneysel yöntemle deney grubuna uygulanan işlemler ve analiz süreci bu bölümde yer almaktadır.

2.1. Araştırma Deseni

Tez çalışması hem nicel hem de nitel verilerin ve analizlerin kullanıldığı karma desen bir araştırma olarak yürütülmüştür (Yıldırım ve Şimşek, 2021). Öncelikli olarak nicel verilerin elde edilmesi adına ön test-son test-izlem ölçümlü kontrol grupsuz deneysel desen oluşturulmuştur (Büyüköztürk, 2007). Veri toplama araçları müdahale başlamadan, müdahalenin bitimindeki son oturumda ve 3 ay sonra tekrar olacak şekilde katılımcılara yüz yüze doldurtulmuştur. Nitel verilerin elde edilmesi adına da son test ölçümlerinin ardından katılımcıların her biriyle derinlemesine görüşme yapılmıştır.

2.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini Karabük ilinde yaşayan 3-10 yaş aralığında çocuğu olan tüm anne babalar oluşturmaktadır. Araştırmanın deney grubunu oluşturmak adına yapılan sosyal medya duyurularına istinaden başvuru yapan katılımcılara telefon ile iletişim kurularak çalışmanın içeriği anlatılmıştır. Gönüllü olarak katılım sağlamak isteyen 7 anne deney grubunu oluşturmuş ve bu grup ile araştırma süreci yürütülmüştür. Deney grubunda yer alan annelerin demografik bilgilerine ilişkin veriler aşağıda yer alan Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1: Deney Grubundaki Annelerin Demografik Bilgileri

		<i>n</i>	%
Yaş	25-30	2	28.6
	31-35	2	28.6
	36-40	2	28.6
	40 ve üstü	1	14.3
Öğrenim Durumu	İlkokul	1	14.3
	Ön lisans	1	14.3
	Lisans	5	71.4
Çalışma Durumu	Evet	2	28.6
	Hayır	5	71.4
Babanın Öğrenim Durumu	Lise	3	42.9
	Önlisans	1	14.3
	Yüksek Lisans ve üzeri	3	42.9
Babanın Çalışma Durumu	Evet	7	100
	Hayır	0	0
Gelir Durumu	20000-29000 TL	1	14.3
	30000-39000 TL	1	14.3
	40000-49000 TL	2	28.6
	50000 TL ve üstü	3	42.9
Çocuk Sayısı	1	4	57.1
	2	2	28.6
	3	1	14.3
Odaklanılan Çocuğun Yaşı	3	3	42.9
	5	3	42.9
	8	1	14.3
Çocuğun Sağlık Sorunu	Var	2	28.6
	Yok	5	71.4

Araştırmaya katılan 7 annenin yaşları 29-45 aralığında değişirken, yaş ortalamalarının 35 olduğu görülmektedir. Ortalama 7 yıldır evli olan annelerin evlilik yılları 4-15 arasında değişmektedir. 7 anneden biri ikinci evliliğini sürdürürken, altı anne ilk evliliğini sürdürmeye devam etmektedir.

Araştırmaya katılan annelerin eğitim durumlarına bakıldığında %71'nin lisans, %14'ünün ön lisans ve % 14'ünün de ilkokul mezunu olduğu görülmektedir. Annelerin %71.4'ünün çalışmadığı %28.6'sının çalıştığı görülmektedir. Annelerin eşlerinin eğitim durumu sorulduğunda %42,9'unun lise, %14.3'ünün ön lisans, %42.9'unun yüksek lisans ve üzeri mezunu olduğu görülmektedir. Babaların tamamının çalıştığı bildirilmiştir.

Araştırmaya katılan annelerden biri 3 çocuk, ikisi 2 çocuk, dördü de tek çocuk sahibi olduğunu belirtmiştir. Annelerden yalnızca biri ikinci çocuğuna eğitimde odaklanacağını belirtirken, diğerleri ilk çocuklarına odaklanacaklarını belirtmişlerdir. Araştırmaya katılan annelerin çocuklarının yaşlarına bakıldığında üç çocuğun (%42,9) 3 yaşında, üç çocuğun (%42,9) 5 yaşında, bir çocuğun (%14,3) ise 8 yaşında olduğu görülmüştür.

Araştırmaya dahil olan 7 anneden 5'i (%71.4) çocuklarında herhangi bir sağlık sorunu olmadığını ifade ederken, 1 anne çocuğunda prematüre doğum sebebiyle gelişimsel gerilik, 1 anne de dudak damak yarığı sorunu olduğunu belirtmiştir.

Annelere demografik bilgi formunda çocuklarıyla aralarında bir ilişki sorunu olup olmadığı soruldu. Böyle bir sorun varsa belirtmeleri istendi. Annelerin verdiği yanıtlar şu şekildedir:

“İletişim sorunu (Kendimi tam olarak ifade edemiyorum/Onu anlamadığımı düşünüyorum/Hiçbir sorun olmadığını düşünüyorum)”, “Yeme problemi/Bana çok bağımlı/Sürekli istediğini yaptırmak istiyor”, “Sağlık sorunu nedeniyle kendimi yetersiz hissediyorum, onu zorluyorum, hırçınlaşıyor/Duygusal ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz hissediyorum”, “Sınıra uymama, söz dinlememe, kurallara uymama”, “Bir ilişki sorunu yok, daha iyi bir ilişkimiz olsun istiyorum”, “Çocuğumun benimle inatlaşması ve bazen söz dinlememesi, sınır koymada zorluk yaşıyorum”, “Güvenli bağlanmada sorun yaşamış olabiliriz”.

2.3. Veri Toplama Araçları

2.3.1. Nicel Veri Toplama Araçları

2.3.1.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Bu araştırmanın sosyodemografik değişkenlerine ilişkin bilgiler araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu aracılığıyla elde edilmiştir. Demografik bilgi formunda katılımcıların yaşı, cinsiyeti, kaç yıllık evli olduğu, kaç çocuk sahibi olduğu gibi sorular yer almaktadır. Aynı zamanda bu araştırmaya gönüllü olarak katılmak istediklerine dair yazılı onam formu doldurulmuştur.

2.3.1.2. Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeğı

Kahraman tarafından geliştirilen Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeğı (EÇİÖ) ebeveynin çocuğı ile arasındaki iletişimin kalitesini ölçmeyi amaçlamaktadır. 27 maddeden oluşan ölçek beş alt boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar ‘paylaşımaya açık olma’, ‘engelsiz dinleme’, ‘saygı-kabul’, ‘duyarlılık’ ve ‘problem çözme’ şeklindedir. 11, 13, 14, 21. maddeler paylaşımaya açık olma boyutunu, 2, 8, 10, 15, 27. maddeler engelsiz dinleme boyutunu, 5, 9, 16, 18, 20, 22, 23. maddeler saygı-kabul boyutunu, 6, 12, 17, 24, 25, 26. maddeler duyarlılık boyutunu, 1, 3, 4, 7, 19. maddeler ise problem çözme boyutunu oluşturmaktadır. 5’li likert tipi şeklinde değerlendirilen ölçekten alınan yüksek puan, ebeveynin çocuğı ile iletişim düzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Engelsiz dinleme boyutunun maddeleri ters kodlanarak puanlanmaktadır (Kahraman, 2016).

2.3.1.3. Anne-Baba Duygu Düzenleme Ölçeğı

Parent Emotion Regulation Scale (PERS)’in orijinal formu Pereira ve arkadaşları tarafından 2017 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğın Türkçe’ye uyarlama çalışması Ahçı, Akdeniz, Harmancı, Akaroğlu ve Seçer (2020) tarafından yapılmıştır. Ebeveynlik bağlamında duygu düzenleme becerilerini ölçmeye yarayan ölçek, 3-15 yaş arasında çocuğı olan anne babalara uygulanabilmektedir. Türkçe formu 13 maddeden oluşan ölçeğın ‘Anne-babanın çocuğın duygularından kaçınması (2, 4, 5, 6)’, ‘Anne-babanın çocuğın duygularına yönelimi (1, 7, 8, 9, 10, 11)’ ve ‘Anne-babanın çocuğın ve kendi duygularını kabul etmesi (3, 12, 13)’ olmak üzere üç boyutu bulunmaktadır. 5’li likert tipi yanıtlanan ölçeğın ters kodlanan maddesi bulunmamaktadır. Ölçeğın iç tutarlılık testleri sonucunda Cronbach’s Alfa güvenilirliğı .76, iki yarım test güvenilirliğı .71 olarak bulunmuştur. Alt ölçeklerin Cronbach’s Alfa katsayıları .78, .79, .75 ve iki yarım test katsayıları .73, .74 ve .71 olarak hesaplanmıştır.

2.3.1.4. Empatik Eğilim Ölçeğı

Dökmen tarafından geliştirilen Empatik Eğilim Ölçeğı (EEÖ), kişilerin günlük hayattaki empati kurma potansiyellerini ölçmeyi amaçlamaktadır. 5’li likert tipi olarak yanıtlanan EEÖ 20 maddeden oluşmaktadır. Her madde 1 (Tamamen Aykırı)’den

5(Tamamen Uygun)'e kadar olan yanıtlardan birini işaretleyerek cevaplanmaktadır. Pozitif maddeler doğrudan puanlanırken, negatif maddeler tersine çevrilerek puanlanmaktadır. Ölçekten en düşük 20 puan alınabilirken, en yüksek 100 puan alınabilmektedir. Ölçeğin 3, 6, 7, 8, 11, 12, 13 ve 15. maddeleri ters olarak kodlanmaktadır.

Ölçeğin güvenirlik çalışması 70 kişiden oluşan bir öğrenci grubuyla yürütülmüştür. Ölçek üç hafta ara ile öğrencilere uygulanmış, bu iki ölçüm sonucunda elde edilen puanlar arasındaki ilişki .82 olarak bulunmuştur. Ölçeğin tek ve çift maddelerinden aldıkları puanlar arasında .86 ilişki bulunmuştur (Dökmen, 1988).

Ölçeğin geçerlilik çalışması 24 kişiden oluşan bir grup ile yapılmıştır. Empati Eğilim Ölçeği ve Edwards Kişisel Tercih Envanteri'nin 'Duyguları Anlama' bölümünün uygulanması ile iki ölçekten elde edilen puanlar arasındaki korelasyon .68 olarak bulunmuştur (Dökmen, 1988).

2.3.2. Nitel Veri Toplama Araçları

Derinlemesine görüşme yapılan katılımcılara araştırmacı tarafından daha önceden belirlenmiş sorular sorulmuş ve katılımcıların yanıtları ses kaydedici ile kayıt altına alınmıştır. Görüşmede tüm katılımcılara yönlendirilen soruların bir kısmı aşağıda verilmiştir:

1. Filial Terapi eğitimi düşündüğünüzde neler söylersiniz?
2. Programa katıldıktan sonra kendinizde değişen şeyler oldu mu? Neler değişti?
3. Programa katıldıktan sonra çocuğunuzda değişen şeyler oldu mu? Neler değişti?
4. Sizin için programın en önemli katkısı ne oldu?

2.4. İşlem

Deneyisel yöntemde kullanılan müdahale programı Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi ve ebeveynlere uygulanan programın temellerini oluşturan Çocuk Merkezli Oyun Terapisi eğitimlerini araştırmacı, APT onaylı eğitmen ve süpervizör olan Reyhana Seedat'tan alarak bu araştırma kapsamındaki uygulamanın ön koşulunu sağlamıştır.

Deney grubunun oluşturulması adına sosyal medya aracılığıyla duyuru yapılmıştır. Başvuru yapan katılımcılar ile ön görüşme yapılarak grubun oluşmasına adına ayrıntılı bilgiler iletilmiş, gönüllü olan 10 kişi gruba katılmak istediğini belirtmiştir. 10 katılımcıdan 1'i ilk oturumda katılamayacağını belirttiğinden, bir katılımcı ilk oturuma gelmediği için ön test ölçümü alınamadığından, bir katılımcı da üçüncü oturumdan sonra devam edemeyeceğini belirttiğinden araştırma 7 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar 29 Kasım 2023 tarihinde ÇEİT programının ilk oturumunu gerçekleştirmek üzere Karabük Zübeyde Hanım İl Halk Kütüphanesi'nde bir araya gelmiştir. Oturuma geçmeden önce tez süreci kapsamında verilerin toplanacağı, bu doğrultuda anketlerin verileceği bilgisi katılımcılara verilmiştir. Ön test ölçümü için katılımcılara Sosyodemografik Bilgi Formu ve Onam Formu, Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği ve Anne-Baba Duygu Düzenleme Ölçeği verilerek, eksiksiz doldurmaları istenmiştir.

Filial terapi grubunun belirlenmesi ve ön test ölçümlerinin alınmasının ardından 10 haftalık ÇEİT programı uygulanmaya başlanmıştır. Programın içeriği aşağıdaki gibidir:

- 1. Oturum:** Grubun tanışması ile başlanır. ÇEİT'in ne olduğu, hedefleri, çocuklarına nasıl yardımcı olacakları ve temel kavramları tanıtılır. ÇEİT'e ait temel kurallardan üç tanesi işlenir. Yansıtıcı yanıtlama tekniği öğretilir. Ebeveynlere ilk oturum ödevleri verilir.
- 2. Oturum:** İlk oturumun ödevlerinin değerlendirilmesi yapılır. Ebeveynlerin gerçekleştireceği oyun seanslarının temel prensipleri anlatılır. Oyun seanslarında kullanılacak oyuncakların listesi incelenir. Temel oyun becerilerini içeren video gösterimi yapılır. ÇEİT'in temel kurallarından iki tanesi işlenir. İkinci oturumun ödevleri verilir.
- 3. Oturum:** Önceki oturumun ödevleri değerlendirilir. Oyun oturumu yapılacaklar ve yapılmayacaklar notları işlenir. Oyun oturumu prosedür kontrol listesi incelenir. Ebeveynlerle rol oyunu canlandırılır. Özel oyun zamanını çocuklarına nasıl açıklayacakları konuşulur. 1-2 ebeveyn ile özel oyun zamanı videosunu gelecek oturuma getirmesi için anlaşılır. Üçüncü oturumun ödevleri verilir.
- 4. Oturum:** Önceki oturumun ödevleri değerlendirilir. Oyun oturumunda yapılacaklar listesi üzerinde durulur. Ebeveynlerin ilk özel oyun zamanlarını

nasıl geçirdikleri konuşulur. Önceki oturumda anlaşmaya varılan ebeveynlerin videoları hep birlikte izlenir, terapist izlenen video üzerinden ebeveyne süpervizyon verir. Bu oturumda sınır koyma becerileri ile ilgili notlar okunur ve alıştırmalar yapılır. Doğru sınır koymanın nasıl olacağı ile ilgili video gösterimi yapılır. ÇEİT'in temel kurallarından iki tanesi işlenir. Dördüncü oturumun ödevleri verilir.

5. **Oturum:** Önceki oturumun ödevleri gözden geçirilir. Oyun oturumları hakkında konuşulur. İki ebeveynin oyun oturumu videosu izlenerek süpervize edilir. Sınır koyma ile ilgili çalışmalara devam edilir. ÇEİT'in temel kurallarından bir tanesi işlenir. Beşinci oturumun ödevleri verilir.
6. **Oturum:** Önceki oturumun ödevleri gözden geçirilir. Oyun oturumları hakkında konuşulur. İki ebeveynin oyun oturumu videosu izlenerek süpervize edilir. Seçim verme, sorumluluk alma ve karar vermeyi öğretmek konulu notlar işlenir. Seçim verme ile ilişkili video gösterimi yapılır. Oyun oturumlarında sıkça sorulan sorular listesi incelenir. ÇEİT'in temel kurallarından iki tanesi işlenir. Altıncı oturumun ödevleri verilir.
7. **Oturum:** Önceki oturumun ödevleri gözden geçirilir. Oyun oturumları hakkında konuşulur. İki ebeveynin oyun oturumu videosu izlenerek süpervize edilir. Önceki oturumdaki seçenek verme konusuna devam edilir. Sınır koyma ve sonuçlarla ilgili seçim verme işlenir. Özgüven geliştirme ile ilgili çalışmalar yapılır. ÇEİT'in temel kurallarından bir tanesi işlenir. Yedinci oturumun ödevleri verilir.
8. **Oturum:** Önceki oturumun ödevleri gözden geçirilir. Oyun oturumları hakkında konuşulur. İki ebeveynin oyun oturumu videosu izlenerek süpervize edilir. Cesaretlendirmeye karşı övgü ile ilgili notlar çalışılır. ÇEİT'in temel kurallarından bir tanesi işlenir. Sekizinci oturumun ödevleri verilir.
9. **Oturum:** Önceki oturumun ödevleri gözden geçirilir. Oyun oturumları hakkında konuşulur. İki ebeveynin oyun oturumu videosu izlenerek süpervize edilir. Bu oturumda tüm ebeveynlerin videoları izlenmiş olur. Bu oturumda gelişmiş sınır koyma, karşı gelmeler sonrası seçimleri sonuç olarak vermek konusu işlenir. Bu konunun uygulamaları yapılır. Ebeveynler için yapılandırılmış oyuncak bebek oyununun ne olduğu işlenir. ÇEİT'in temel kurallarından iki tanesi işlenir. Dokuzuncu oturumun ödevleri verilir.

10. Oturum: Önceki oturumun ödevleri gözden geçirilir. Oyun oturumları hakkında konuşulur. Eğitimin tamamı hakkında konuşulur. Öğrendikleri en önemli şeyler, on hafta öncesine göre çocuğunu nasıl gördüğü ile ilgili paylaşımlar alınır. 10 oturum boyunca üzerinde durulan ÇEİT'in temel kurallarının neler olduğu bir kez daha tekrarlanır. Hatırlanması gereken diğer şeylerin de üzerinden geçilir. Takip toplantısı için tarih ve saat belirlenir. Ev ödevleri ve oyun oturumlarının devamının nasıl olacağı konuşulur. İleri okuma yapmak isteyen ebeveynler için okuma önerilerinde bulunulur. Her ebeveyne katılım belgesi takdim edilerek, oturumlar sonlandırılır.

10 oturumun sonunda katılımcılara son test ölçümlerini almak adına Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği ve Anne-Baba Duygu Düzenleme Ölçeği yeniden doldurtulmuştur. Oturumların tamamlanmasının ardından katılımcılarla bireysel olarak derinlemesine görüşme yapmak için randevular ayarlanarak görüşmeler sağlanmıştır. Bireysel yapılan görüşmelerde araştırmacı tarafından hazırlanan derinlemesine görüşme soruları katılımcılara sorulmuştur. Verilen yanıtlar ses kaydına alınmıştır. Son test ölçümünün alınmasının ardından 3 ay sonra katılımcılarla tekrar bir araya gelinerek izlem ölçümü için Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği ve Anne-Baba Duygu Düzenleme Ölçeği doldurtulmuştur.

2.5. Verilerin Analizi

Katılımcılardan alınan ön test, son test ve izlem ölçümü verileri SPSS Statistics 25 programıyla analiz edilmiştir. Nicel verilerin analizinde Wilcoxon işaretli sıralar testi kullanılmıştır. Verilerin analizinde .05 anlamlılık düzeyi dikkate alınmıştır. Nitel verilerin analizinde ise, katılımcılar ile yapılan derinlemesine görüşmelerde alınan ses kayıtları deşifre edildikten sonra içerik analizi ve tema analizi yapılmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2021). Araştırmaya katılan katılımcıların nitel verilerinin analizinde kişileri temsil etmesi açısından K1, K2, K3, K4, K5, K6 ve K7 olarak kodlanarak veriler analiz edilmiştir.

3. BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde araştırmada elde edilen bulguların analizlerine ve yorumlarına yer verilecektir. Araştırmanın hipotezlerine ilişkin analiz verileri nicel bulgular ve nitel bulgular olarak iki başlık altında aktarılacaktır.

3.1. Nicel Bulgular

3.1.1. Deney Grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Ön Test Son Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve alt boyutlarının ön test ve son test puanlarının betimleyici istatistik sonuçları incelenmiştir. Analizden elde edilen verilere göre ön test çalışmasında Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği toplam puanından en düşük 68 en yüksek 95 ($\bar{x}=78.89 \pm 8.64$), Paylaşım Açık Olma alt boyutundan en düşük 45 en yüksek 100 ($\bar{x}=76.42 \pm 20.14$), Engelsiz Dinleme alt boyutundan en düşük 52 en yüksek 92 ($\bar{x}=72.00 \pm 12.64$), Saygı-Kabul alt boyutundan en düşük 77 en yüksek 97 ($\bar{x}=89.79 \pm 7.16$), Duyarlılık alt boyutundan en düşük 73 en yüksek 96 ($\bar{x}=80.95 \pm 8.32$), Problem Çözme alt boyutundan en düşük 60 en yüksek 92 ($\bar{x}=75.42 \pm 11.17$) puan alınmıştır. Son test çalışmasında ise Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği toplam puanından en düşük 76 en yüksek 129 ($\bar{x}=94.39 \pm 17.10$), Paylaşım Açık Olma alt boyutundan en düşük 70 en yüksek 100 ($\bar{x}=87.14 \pm 12.86$), Engelsiz Dinleme alt boyutundan en düşük 68 en yüksek 100 ($\bar{x}=83.42 \pm 9.64$), Saygı-Kabul alt boyutundan en düşük 80 en yüksek 100 ($\bar{x}=92.24 \pm 6.10$), Duyarlılık alt boyutundan en düşük 76 en yüksek 100 ($\bar{x}=92.38 \pm 7.38$), Problem Çözme alt boyutundan en düşük 64 en yüksek 100 ($\bar{x}=88.00 \pm 12.00$) puan alınmıştır (Bkz. Tablo 2).

Tablo 2: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve alt boyutlarının ön test son test puanlarının betimleyici istatistik sonuçları

Test	Puanlar	n	$\bar{x}$	S	Min	Max.
Ön Test	Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Toplam	7	79.89	8.64	68	95
	Paylaşım Açık Olma	7	76.42	20.14	45	100
	Engelsiz Dinleme	7	72.00	12.64	52	92
	Saygı-Kabul	7	89.79	7.16	77	97
	Duyarlılık	7	80.95	8.32	73	96
	Problem Çözme	7	75.42	11.17	60	92
Son Test	Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Toplam	7	89.10	7.31	76	100
	Paylaşım Açık Olma	7	87.14	12.86	70	100
	Engelsiz Dinleme	7	83.42	9.64	68	100
	Saygı-Kabul	7	92.24	6.10	80	100
	Duyarlılık	7	92.38	7.38	76	100
	Problem Çözme	7	88.00	12.00	64	100

3.1.2. Deney Grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Ön Test Son Test Puanlarının Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan annelerin Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi Eğitimine katılmadan ve katıldıktan sonra çocuklarıyla iletişim düzeyleri karşılaştırılmıştır (Araştırma Hipotezi 1). Annelerin Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği toplam puanları ve alt boyut puanlarının ön test-son test sıra ortalamaları Wilcoxon İşaretli Sıralar testi ile karşılaştırmalı analizleri aşağıdaki tablolarda gösterilmiştir.

Tablo 3: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ön test-son test toplam puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. Son Test EÇİÖ Toplam- Ort. Ön Test EÇİÖ Toplam	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	0	.00	.00	-2.37	.01
Pozitif sıralar	7	4.00	28.00		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve önceki ebeveyn çocuk iletişim düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmiştir. Annelerin eğitimden sonraki iletişim düzeyleri (Mdn = 89.62) eğitimden önceki iletişim düzeylerine göre (Mdn = 80.00) anlamlı düzeyde yüksektir ($z = -2.37$, $p < .05$, $r = -.89$).

Tablo 4: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği paylaşma açık olma alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. Son Test Paylaşma Açık Olma- Ort. Ön Test Paylaşma Açık Olma	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	1	1.50	1.50	-1.89	.05
Pozitif sıralar	5	3.90	19.50		
Eşit	1				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve önceki paylaşma açık olma alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.89$, $p > .05$, $r = -.71$).

Tablo 5: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği engelsiz dinleme alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. Son Test Engelsiz Dinleme- Ort. Ön Test Engelsiz Dinleme	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	1	1.50	1.50	-2.12	.03
Pozitif sıralar	6	4.42	26.50		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve önceki engelsiz dinleme alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmiştir. Annelerin eğitimden sonraki engelsiz dinleme düzeyleri (Mdn = 84.00) eğitimden önceki engelsiz dinleme göre (Mdn = 72.00) anlamlı düzeyde yüksektir ($z = -2.12$, $p < .05$, $r = -.80$).

Tablo 6: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği saygı-kabul alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. Son Test Saygı-Kabul – Ort. Ön Test Saygı-Kabul	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	2	3.00	6.00	-1.40	.16
Pozitif sıralar	5	4.40	22.00		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve önceki saygı-kabul alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.40$, $p > .05$, $r = -.52$).

Tablo 7: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği duyarlılık alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. Son Test Duyarlılık- Ort. Ön Test Duyarlılık	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	0	.00	.00	-2.37	.01
Pozitif sıralar	7	4.00	28.00		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve önceki duyarlılık alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmiştir. Annelerin eğitimden sonraki duyarlılık düzeyleri (Mdn = 93.33) eğitimden önceki duyarlılık düzeylerine göre (Mdn = 80.00) anlamlı düzeyde yüksektir ($z = -2.27$, $p < .05$, $r = -.89$).

Tablo 8: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği problem çözme alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. Son Test Problem Çözme- Ort. Ön Test Problem Çözme	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	0	.00	.00	-2.37	.01
Pozitif sıralar	7	4.00	28.00		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve önceki problem çözme alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmiştir. Annelerin eğitimden sonraki problem çözme düzeyleri (Mdn = 88.00) eğitimden önceki problem çözme düzeylerine göre (Mdn = 76.00) anlamlı düzeyde yüksektir ($z = -2.37$, $p < .05$, $r = -.89$).

3.1.3. Deney Grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Alt Boyutlarının Ön Test Son Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeğinin alt boyutlarının ön test ve son test puanlarının betimleyici istatistik sonuçları incelenmiştir. Analizden elde edilen verilere göre ön test çalışmasında Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Anne-Babanın Çocuğun Duygularından Kaçınması alt boyutundan en düşük 10 en yüksek 65 ($\bar{x}=40.71 \pm 18.80$), Anne-Babanın Çocuğun Duygularına Yönelimi alt boyutundan en düşük 56 en yüksek 80 ($\bar{x}=72.00 \pm 12.64$), Anne-Babanın Çocuğun ve Kendinin Duygularını Kabul Etmesi alt boyutundan en düşük 40 en yüksek 80 ($\bar{x}=58.09 \pm 15.25$) puan alınmıştır. Son test çalışmasında ise Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Anne-Babanın Çocuğun Duygularından Kaçınması alt boyutundan en düşük 0 en yüksek 70 ($\bar{x}=32.14 \pm 20.98$), Anne-Babanın Çocuğun Duygularına Yönelimi alt boyutundan en düşük 56 en yüksek 80 ($\bar{x}=69.52 \pm 8.03$), Anne-Babanın Çocuğun ve Kendinin Duygularını Kabul Etmesi alt boyutundan en düşük 40 en yüksek 80 ($\bar{x}=62.85 \pm 14.32$) puan alınmıştır (Bkz. Tablo 9).

Tablo 9: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği alt boyutlarının ön test son test puanlarının betimleyici istatistik sonuçları

Test	Puanlar	n	$\bar{x}$	S	Min	Max.
Ön Test	Anne-Babanın Çocuğun Duygularından Kaçınması	7	40.71	18.80	10	65
	Anne-Babanın Çocuğun Duygularına Yönelimi	7	65.23	7.16	56	80
	Anne-Babanın Çocuğun ve Kendi Duygularını Kabul Etmesi	7	58.09	15.25	40	80
Son Test	Anne-Babanın Çocuğun Duygularından Kaçınması	7	32.14	20.98	0	70
	Anne-Babanın Çocuğun Duygularına Yönelimi	7	69.52	8.03	56	80
	Anne-Babanın Çocuğun ve Kendi Duygularını Kabul Etmesi	7	62.85	14.32	40	80

3.1.4. Deney Grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Alt Boyutlarının Ön Test Son Test Puanlarının Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan annelerin Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi Eğitimine katılmadan ve katıldıktan sonra duygu düzenleme düzeyleri karşılaştırılmıştır (Araştırma Hipotezi 2). Annelerin Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği; anne babanın çocuğun duygularından kaçınması, anne babanın çocuğun duygularına yönelimi ve anne babanın çocuğun ve kendinin duygularının kabulü alt boyut puanlarının ön test-son test sıra ortalamaları Wilcoxon İşaretli Sıralar testi ile karşılaştırmalı analizleri aşağıdaki tablolarda gösterilmiştir.

Tablo 10: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun duygularından kaçınması alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. Son Test Çocuğun Duygularından Kaçınma- Ort. Ön Test Çocuğun Duygularından Kaçınma	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	4	3.50	14.00	-1.76	.07
Pozitif sıralar	1	1.00	1.00		
Eşit	2				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve önceki ABDDÖ anne-babanın çocuğun duygularından kaçınması alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.76$, $p > .05$, $r = -.25$).

Tablo 11: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun duygularına yönelimi alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. Son Test Çocuğun Duygularına Yönelim- Ort. Ön Test Çocuğun Duygularına Yönelim	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	0	.00	.00	-1.84	.06
Pozitif sıralar	4	2.50	10.00		
Eşit	3				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve önceki ABDDÖ anne-babanın çocuğun duygularına yönelim alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.84$, $p > .05$, $r = -.69$).

Tablo 12: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. Son Test Çocuğun ve Kendinin Duygularını Kabul-Ort. Ön Test Çocuğun ve Kendinin Duygularını Kabul	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	2	2.25	4.50	-.81	.41
Pozitif sıralar	3	3.50	10.50		
Eşit	2				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve önceki ABDDÖ anne-babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -.81$, $p > .05$, $r = -.30$).

3.1.5. Deney Grubunun Empatik Eğilim Ölçeği Ön Test Son Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Analizleri

Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği toplam ön test ve son test puanlarının betimleyici istatistik sonuçları incelenmiştir. Analizden elde edilen verilere göre ön test çalışmasında Empatik Eğilim Ölçeği toplam puanından en düşük 62 en yüksek 78 ($\bar{x}=72.71 \pm 5.25$) puan alınmıştır. Son test çalışmasında ise Empatik Eğilim Ölçeği toplam puanından en düşük 62 en yüksek 94 ($\bar{x}=79.00 \pm 9.76$) puan alınmıştır (Bkz. Tablo 13).

Tablo 13: Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği ön test son test puanlarının betimleyici istatistik sonuçları

Test	Puanlar	n	$\bar{x}$	S	Min	Max.
Ön Test	Empatik Eğilim Toplam	7	72.71	5.25	62	78
Son Test	Empatik Eğilim Toplam	7	79.00	9.76	62	94

3.1.6. Deney Grubunun Empatik Eğilim Ölçeği Ön Test Son Test Puanlarının Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan annelerin Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi Eğitimine katılmadan ve katıldıktan sonra empatik eğilim düzeyleri karşılaştırılmıştır (Araştırma Hipotezi 3). Annelerin Empatik Eğilim Ölçeği toplam puanlarının ön test-son test sıra ortalamaları Wilcoxon İşaretli Sıralar testi ile karşılaştırmalı analizleri aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 14: Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. Son Test Problem Çözme- Ort. Ön Test Problem Çözme	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	0	.00	.00	-2.20	.02
Pozitif sıralar	6	3.50	21.00		
Eşit	1				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve önceki empatik eğilim düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmiştir. Annelerin eğitimden sonraki empatik eğilim düzeyleri (Mdn = 80.00) eğitimden önceki empatik eğilim düzeylerine göre (Mdn = 73.00) anlamlı düzeyde yüksektir ($z = -2.20$, $p < .05$, $r = -.83$).

3.1.7. Deney Grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Alt Boyutlarının Son Test ve İzlem Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve alt boyutlarının son test ve izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları incelenmiştir. Analizden elde edilen verilere göre son test çalışmasında Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği toplam puanından en düşük 76 en yüksek 100 ($\bar{x}=89.10 \pm 7.31$), Paylaşım Açık Olma alt boyutundan en düşük 70 en yüksek 100 ($\bar{x}=87.14 \pm 12.86$), Engelsiz Dinleme alt boyutundan en düşük 68 en yüksek 100 ($\bar{x}=83.42 \pm 9.64$), Saygı-Kabul alt boyutundan

en düşük 80 en yüksek 100 ($\bar{x}=92.24 \pm 6.10$), Duyarlılık alt boyutundan en düşük 76 en yüksek 100 ($\bar{x}=92.38 \pm 7.38$), Problem Çözme alt boyutundan en düşük 64 en yüksek 100 ($\bar{x}=88.00 \pm 12.00$) puan alınmıştır. İzlem test çalışmasında ise Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği toplam puanından en düşük 78 en yüksek 97 ($\bar{x}=87.30 \pm 6.56$), Paylaşım Açık Olma alt boyutundan en düşük 70 en yüksek 100 ($\bar{x}=82.14 \pm 13.18$), Engelsiz Dinleme alt boyutundan en düşük 40 en yüksek 100 ($\bar{x}=80.57 \pm 19.65$), Saygı-Kabul alt boyutundan en düşük 82 en yüksek 100 ($\bar{x}=92.65 \pm 6.14$), Duyarlılık alt boyutundan en düşük 83 en yüksek 100 ($\bar{x}=92.38 \pm 5.34$), Problem Çözme alt boyutundan en düşük 68 en yüksek 100 ($\bar{x}=84.57 \pm 12.94$) puan alınmıştır (Bkz. Tablo 15).

Tablo 15: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve alt boyutlarının son test izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları

Test	Puanlar	n	$\bar{x}$	S	Min	Max.
Son Test	Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Toplam	7	89.10	7.31	76	100
	Paylaşım Açık Olma	7	87.14	12.86	70	100
	Engelsiz Dinleme	7	83.42	9.64	68	100
	Saygı-Kabul	7	92.24	6.10	80	100
	Duyarlılık	7	92.38	7.38	76	100
	Problem Çözme	7	88.00	12.00	64	100
	Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Toplam	7	87.30	6.56	78	97
İzlem	Paylaşım Açık Olma	7	82.14	13.18	70	100
	Engelsiz Dinleme	7	80.57	19.65	40	100
	Saygı-Kabul	7	92.65	6.14	82	100
	Duyarlılık	7	92.38	5.34	83	100
	Problem Çözme	7	84.57	12.94	68	100
	Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Toplam	7	87.30	6.56	78	97

3.1.8. Deney Grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Alt Boyutlarının Son Test ve İzlem Puanlarının Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan annelerin Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi Eğitimine katıldıktan sonra ve 3 ay sonrasında çocuklarıyla iletişim düzeyleri karşılaştırılmıştır (Araştırma Hipotezi 4). Annelerin Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği toplam puanları ve alt boyut puanlarının son test-izlem sıra ortalamaları Wilcoxon İşaretli Sıralar testi ile karşılaştırmalı analizleri aşağıdaki tablolarda gösterilmiştir.

Tablo 16: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği son test-izlem toplam puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem EÇİÖ Toplam- Ort. Son Test EÇİÖ Toplam	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	4	4.00	16.00	-1.16	.24
Pozitif sıralar	2	2.50	5.00		
Eşit	1				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve izlem ebeveyn çocuk iletişim düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.16$, $p > .05$, $r = -.43$).

Tablo 17: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği paylaşıma açık olma alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Paylaşıma Açık Olma- Ort. Son Test Paylaşıma Açık Olma	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	3	2.00	6.00	-1.63	.10
Pozitif sıralar	0	.00	.00		
Eşit	4				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve izlem paylaşıma açık olma alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.63$, $p > .05$, $r = -.61$).

Tablo 18: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği engelsiz dinleme alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Engelsiz Dinleme- Ort. Son Test Engelsiz Dinleme	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	3	3.00	9.00	-.31	.75
Pozitif sıralar	3	4.00	12.00		
Eşit	1				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve izlem engelsiz dinleme alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -.31$, $p > .05$, $r = -.11$).

Tablo 19: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği saygı-kabul alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Saygı-Kabul – Ort. Son Test Saygı-Kabul	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	2	3.00	6.00	-1.40	.16
Pozitif sıralar	5	4.40	22.00		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve izlem saygı-kabul alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.40$, $p > .05$, $r = -.52$).

Tablo 20: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği duyarlılık alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Duyarlılık- Ort. Son Test Duyarlılık	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	2	2.50	5.00	.00	1.00
Pozitif sıralar	2	2.50	5.00		
Eşit	3				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve izlem duyarlılık alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = .00$, $p > .05$, $r = .00$).

Tablo 21: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği problem çözme alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Duyarlılık- Ort. Son Test Duyarlılık	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	3	5.17	15.50	-.25	.79
Pozitif sıralar	4	3.13	12.50		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve izlem problem çözme alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -.25$, $p > .05$, $r = -.09$).

3.1.9. Deney Grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Alt Boyutlarının Son Test İzlem Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeğinin alt boyutlarının son test ve izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları incelenmiştir. Analizden elde edilen verilere göre son test çalışmasında Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Anne-Babanın Çocuğun Duygularından Kaçınması alt boyutundan en düşük 0 en yüksek 70 ($\bar{x}=32.14 \pm 20.98$), Anne-Babanın Çocuğun Duygularına Yönelimi alt boyutundan en düşük 56 en yüksek 80 ($\bar{x}=69.52 \pm 8.03$), Anne-Babanın Çocuğun ve Kendinin Duygularını Kabul Etmesi alt boyutundan en düşük 40 en yüksek 80 ($\bar{x}=62.85 \pm 14.32$) puan alınmıştır. İzlem çalışmasında ise Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Anne-Babanın Çocuğun Duygularından Kaçınması alt boyutundan en düşük 10 en yüksek 55 ($\bar{x}=34.28 \pm 17.66$), Anne-Babanın Çocuğun Duygularına Yönelimi alt boyutundan en düşük 63 en yüksek 70 ($\bar{x}=65.71 \pm 2.51$), Anne-Babanın Çocuğun ve Kendinin Duygularını Kabul Etmesi alt boyutundan en düşük 53 en yüksek 80 ($\bar{x}=69.52 \pm 10.07$) puan alınmıştır (Bkz. Tablo 22).

Tablo 22: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği alt boyutlarının son test izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları

Test	Puanlar	n	$\bar{x}$	S	Min	Max.
Son Test	Anne-Babanın Çocuğun Duygularından Kaçınması	7	32.14	20.98	0	70
	Anne-Babanın Çocuğun Duygularına Yönelimi	7	69.52	8.03	56	80
	Anne-Babanın Çocuğun ve Kendi Duygularını Kabul Etmesi	7	62.85	14.32	40	80
İzlem	Anne-Babanın Çocuğun Duygularından Kaçınması	7	34.28	20.98	10	55
	Anne-Babanın Çocuğun Duygularına Yönelimi	7	65.71	2.51	63	70
	Anne-Babanın Çocuğun ve Kendi Duygularını Kabul Etmesi	7	69.52	10.07	53	80

3.1.10. Deney Grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Alt Boyutlarının Son Test İzlem Puanlarının Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan annelerin Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi Eğitimine katıldıktan sonra ve üç ay sonra duygu düzenleme düzeyleri karşılaştırılmıştır (Araştırma Hipotezi 5). Annelerin Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği; anne babanın çocuğun duygularından kaçınması, anne babanın çocuğun duygularına yönelimi ve anne babanın çocuğun ve kendinin duygularının kabulü alt boyut puanlarının son test-izlem karşılaştırmalı analizleri aşağıdaki tablolarda gösterilmiştir.

Tablo 23: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun duygularından kaçınması alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Çocuğun Duygularından Kaçınma- Ort. Son Test Çocuğun Duygularından Kaçınma	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	4	3.25	13.00	-.17	.86
Pozitif sıralar	3	5.00	15.00		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve izlem ABDDÖ anne-babanın çocuğun duygularından kaçınması alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -.17$, $p > .05$, $r = -.06$).

Tablo 24: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun duygularına yönelimi alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Çocuğun Duygularına Yönelim- Ort. Son Test Çocuğun Duygularına Yönelim	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	5	3.20	16.00	-1.15	.24
Pozitif sıralar	1	5.00	5.00		
Eşit	1				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve izlem ABDDÖ anne-babanın çocuğun duygularına yönelimi alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.32$, $p > .05$, $r = -.49$).

Tablo 25: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Çocuğun ve Kendinin Duygularını Kabul-Ort. Son Test Çocuğun ve Kendinin Duygularını Kabul	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	1	4.00	4.00	-.94	.34
Pozitif sıralar	4	2.75	11.00		
Eşit	2				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve önceki ABDDÖ anne-babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -.94$, $p > .05$, $r = -.35$).

3.1.11. Deney Grubunun Empatik Eğilim Ölçeği Son Test İzlem Puanlarının Betimleyici İstatistik Analizleri

Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği toplam son test ve izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları incelenmiştir. Analizden elde edilen verilere göre son test çalışmasında Empatik Eğilim Ölçeği toplam puanından en düşük 62 en yüksek 94 ($\bar{x}=79.00 \pm 9.76$) puan alınmıştır. İzlem çalışmasında ise Empatik Eğilim Ölçeği toplam puanından en düşük 72 en yüksek 94 ($\bar{x}=77.28 \pm 7.80$) puan alınmıştır (Bkz. Tablo 26).

Tablo 26: Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği son test izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları

Test	Puanlar	n	$\bar{x}$	S	Min	Max.
Son Test	Empatik Eğilim Toplam	7	79.00	9.76	62	94
İzlem	Empatik Eğilim Toplam	7	77.28	7.80	72	94

3.1.12. Deney Grubunun Empatik Eğilim Ölçeği Son Test İzlem Puanlarının Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan annelerin Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi Eğitimine katıldıktan sonra ve üç ay sonraki empatik eğilim düzeyleri karşılaştırılmıştır (Araştırma Hipotezi 6). Annelerin Empatik Eğilim Ölçeği toplam puanlarının son test-izlem sıra ortalamaları Wilcoxon İşaretli Sıralar testi ile karşılaştırmalı analizleri aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 27: Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. Son Test Problem Çözme- Ort. Ön Test Problem Çözme	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	0	.00	.00	-2.20	.02
Pozitif sıralar	6	3.50	21.00		
Eşit	1				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden sonraki ve izlem empatik eğilim düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -2.20$, $p > .05$, $r = -.83$).

3.1.13. Deney Grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Ön Test İzlem Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve alt boyutlarının ön test ve izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları incelenmiştir. Analizden elde edilen verilere göre ön test çalışmasında Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği toplam puanından en düşük 68 en yüksek 95 ($\bar{x}=78.89 \pm 8.64$), Paylaşım Açık Olma alt boyutundan en düşük 45 en yüksek 100 ($\bar{x}=76.42 \pm 20.14$), Engelsiz Dinleme alt boyutundan en düşük 52 en yüksek 92 ($\bar{x}=72.00 \pm 12.64$), Saygı-Kabul alt boyutundan en düşük 77 en yüksek 97 ($\bar{x}=89.79 \pm 7.16$), Duyarlılık alt boyutundan en düşük 73 en yüksek 96 ($\bar{x}=80.95 \pm 8.32$), Problem Çözme alt boyutundan en düşük 60 en

yüksek 92 ($\bar{x}=75.42 \pm 11.17$) puan alınmıştır. İzlem test çalışmasında ise Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği toplam puanından en düşük 78 en yüksek 97 ($\bar{x}=87.30 \pm 6.56$), Paylaşım Açık Olma alt boyutundan en düşük 70 en yüksek 100 ($\bar{x}=82.14 \pm 13.18$), Engelsiz Dinleme alt boyutundan en düşük 40 en yüksek 100 ($\bar{x}=80.57 \pm 19.65$), Saygı-Kabul alt boyutundan en düşük 82 en yüksek 100 ($\bar{x}=92.65 \pm 6.14$), Duyarlılık alt boyutundan en düşük 83 en yüksek 100 ($\bar{x}=92.38 \pm 5.34$), Problem Çözme alt boyutundan en düşük 68 en yüksek 100 ($\bar{x}=84.57 \pm 12.94$) puan alınmıştır (Bkz. Tablo 28)

Tablo 28: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve alt boyutlarının ön test izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları

Test	Puanlar	n	$\bar{x}$	S	Min	Max.
Ön Test	Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Toplam	7	79.89	8.64	68	95
	Paylaşım Açık Olma	7	76.42	20.14	45	100
	Engelsiz Dinleme	7	72.00	12.64	52	92
	Saygı-Kabul	7	89.79	7.16	77	97
	Duyarlılık	7	80.95	8.32	73	96
	Problem Çözme	7	75.42	11.17	60	92
	Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Toplam	7	87.30	6.56	78	97
İzlem	Paylaşım Açık Olma	7	82.14	13.18	70	100
	Engelsiz Dinleme	7	80.57	19.65	40	100
	Saygı-Kabul	7	92.65	6.14	82	100
	Duyarlılık	7	92.38	5.34	83	100
	Problem Çözme	7	84.57	12.94	68	100
	Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Toplam	7	84.57	12.94	68	100

3.1.14. Deney Grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği Alt Boyutlarının Ön Test İzlem Puanlarının Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan annelerin Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi Eğitimine katılmadan ve katıldıktan üç ay sonra çocuklarıyla iletişim düzeyleri karşılaştırılmıştır (Araştırma Hipotezi 7). Annelerin Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği toplam puanları ve alt boyut puanlarının ön test-izlem sıra ortalamaları Wilcoxon İşaretili Sıralar testi ile karşılaştırmalı analizleri aşağıdaki tablolarda gösterilmiştir.

Tablo 29: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ön test-izlem toplam puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem EÇİÖ Toplam- Ort. Ön Test EÇİÖ Toplam	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	0	.00	.00	-2.37	.01
Pozitif sıralar	7	4.00	28.00		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden üç ay sonraki ve önceki ebeveyn çocuk iletişim düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmiştir. Annelerin eğitimden üç ay sonraki iletişim düzeyleri (Mdn = 88.14) eğitimden önceki iletişim düzeylerine göre (Mdn = 80.00) anlamlı düzeyde yüksektir ($z = -2.37$, $p < .05$, $r = -.89$).

Tablo 30: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği paylaşma açık olma alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Paylaşma Açık Olma- Ort. Ön Test Paylaşma Açık Olma	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	2	1.50	3.00	-1.36	.17
Pozitif sıralar	3	4.00	12.00		
Eşit	2				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden üç ay sonraki ve önceki paylaşıma açık olma alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.36$, $p > .05$, $r = -.51$).

Tablo 31: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği engelsiz dinleme alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Engelsiz Dinleme- Ort. Ön Test Engelsiz Dinleme	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	1	1.50	1.50	-2.12	.03
Pozitif sıralar	6	4.42	26.50		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden üç ay sonraki ve önceki engelsiz dinleme alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmiştir. Annelerin eğitimden üç ay sonraki engelsiz dinleme düzeyleri ($Mdn = 84.00$) eğitimden önceki engelsiz dinleme düzeyine göre ($Mdn = 72.00$) anlamlı düzeyde yüksektir ($z = -2.12$, $p < .05$, $r = -.80$).

Tablo 32: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği saygı-kabul alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Saygı-Kabul – Ort. Ön Test Saygı-Kabul	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	0	.00	.00	-2.07	.03
Pozitif sıralar	5	3.40	15.00		
Eşit	2				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden üç ay sonraki ve önceki saygı-kabul alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmiştir. Annelerin eğitimden üç ay sonraki saygı-kabul düzeyleri ($Mdn = 91.00$) eğitimden önceki saygı-kabul düzeyine göre ($Mdn = 81.00$) anlamlı düzeyde yüksektir ($z = -2.07$, $p < .05$, $r = -.78$).

Tablo 33: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği duyarlılık alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Duyarlılık- Ort. Ön Test Duyarlılık	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	0	.00	.00	-2.37	.01
Pozitif sıralar	7	4.00	28.00		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden üç ay sonraki ve önceki duyarlılık alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmiştir. Annelerin eğitimden üç ay sonraki duyarlılık düzeyleri (Mdn = 93.33) eğitimden önceki duyarlılık düzeylerine göre (Mdn = 80.00) anlamlı düzeyde yüksektir ($z = -2.37$, $p < .05$, $r = -.89$).

Tablo 34: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği problem çözme alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Problem Çözme- Ort. Ön Test Problem Çözme	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	2	2.75	5.50	-1.43	.15
Pozitif sıralar	5	4.50	22.50		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden üç ay sonraki ve önceki problem çözme alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.43$, $p > .05$, $r = -.54$).

3.1.15. Deney Grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Alt Boyutlarının Ön Test İzlem Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeğinin alt boyutlarının ön test ve izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları incelenmiştir. Analizden elde edilen verilere göre ön test çalışmasında Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Anne-

Babanın Çocuğun Duygularından Kaçınması alt boyutundan en düşük 10 en yüksek 65 ($\bar{x}=40.71 \pm 18.80$), Anne-Babanın Çocuğun Duygularına Yönelimi alt boyutundan en düşük 56 en yüksek 80 ($\bar{x}=72.00 \pm 12.64$), Anne-Babanın Çocuğun ve Kendinin Duygularını Kabul Etmesi alt boyutundan en düşük 40 en yüksek 80 ($\bar{x}=58.09 \pm 15.25$) puan alınmıştır. İzlem çalışmasında ise Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği Anne-Babanın Çocuğun Duygularından Kaçınması alt boyutundan en düşük 10 en yüksek 55 ($\bar{x}=34.28 \pm 17.66$), Anne-Babanın Çocuğun Duygularına Yönelimi alt boyutundan en düşük 63 en yüksek 70 ($\bar{x}=65.71 \pm 2.51$), Anne-Babanın Çocuğun ve Kendinin Duygularını Kabul Etmesi alt boyutundan en düşük 53 en yüksek 80 ($\bar{x}=69.52 \pm 10.07$) puan alınmıştır (Bkz. Tablo 35).

Tablo 35: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği alt boyutlarının ön test izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları

Test	Puanlar	n	$\bar{x}$	S	Min	Max.
Ön Test	Anne-Babanın Çocuğun Duygularından Kaçınması	7	40.71	18.80	10	65
	Anne-Babanın Çocuğun Duygularına Yönelimi	7	65.23	7.16	56	80
	Anne-Babanın Çocuğun ve Kendi Duygularını Kabul Etmesi	7	58.09	15.25	40	80
İzlem	Anne-Babanın Çocuğun Duygularından Kaçınması	7	34.28	20.98	10	55
	Anne-Babanın Çocuğun Duygularına Yönelimi	7	65.71	2.51	63	70
	Anne-Babanın Çocuğun ve Kendi Duygularını Kabul Etmesi	7	69.52	10.07	53	80

3.1.16. Deney Grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Alt Boyutlarının Ön Test İzlem Puanlarının Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan annelerin Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi Eğitimine katılmadan ve katıldıktan üç ay sonra duygu düzenleme düzeyleri karşılaştırılmıştır (Araştırma Hipotezi 8). Annelerin Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği; anne babanın çocuğun duygularından kaçınması, anne babanın çocuğun duygularına yönelimi ve anne babanın çocuğun ve kendinin duygularının kabulü alt boyut puanlarının ön test-izlem karşılaştırmalı analizleri aşağıdaki tablolarda gösterilmiştir.

Tablo 36: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun duygularından kaçınması alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Çocuğun Duygularından Kaçınma- Ort. Ön Test Çocuğun Duygularından Kaçınma	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	5	4.20	21.00	-1.19	.23
Pozitif sıralar	2	3.50	7.00		
Eşit	0				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden üç ay sonraki ve önceki ABDDÖ anne-babanın çocuğun duygularından kaçınması alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.19$, $p > .05$, $r = -.44$).

Tablo 37: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun duygularına yönelimi alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Çocuğun Duygularına Yönelim- Ort. Ön Test Çocuğun Duygularına Yönelim	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	1	4.00	4.00	-.36	.71
Pozitif sıralar	3	2.00	6.00		
Eşit	3				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden üç ay sonraki ve önceki ABDDÖ anne-babanın çocuğun duygularına yönelim alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -.36$, $p > .05$, $r = -.13$).

Tablo 38: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Çocuğun ve Kendinin Duygularını Kabul-Ort. Ön Test Çocuğun ve Kendinin Duygularını Kabul	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	0	.00	.00	-1.84	.06
Pozitif sıralar	4	2.50	10.00		
Eşit	3				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden üç ay sonraki ve önceki ABDDÖ anne-babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi alt boyut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.84$, $p > .05$, $r = -.69$).

3.1.17. Deney Grubunun Empatik Eğilim Ölçeği Ön Test İzlem Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği toplam ön test ve izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları incelenmiştir. Analizden elde edilen verilere göre ön test çalışmasında Empatik Eğilim Ölçeği toplam puanından en düşük 62 en yüksek 78 ($\bar{x}=72.71 \pm 5.25$) puan alınmıştır İzlem çalışmasında ise Empatik Eğilim Ölçeği toplam puanından en düşük 72 en yüksek 94 ($\bar{x}=77.28 \pm 7.80$) puan alınmıştır (Bkz. Tablo 39).

Tablo 39: Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği ön test izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları

Test	Puanlar	n	$\bar{x}$	S	Min	Max.
Ön Test	Empatik Eğilim Toplam	7	72.71	5.25	62	78
İzlem	Empatik Eğilim Toplam	7	77.28	7.80	72	94

3.1.18. Deney Grubunun Empatik Eğilim Ölçeği Ön Test İzlem Puanlarının Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan annelerin Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi Eğitimine katılmadan ve katıldıktan üç ay sonra empatik eğilim düzeyleri karşılaştırılmıştır (Araştırma Hipotezi 9). Annelerin Empatik Eğilim Ölçeği toplam puanlarının ön test-izlem sıra ortalamaları Wilcoxon İşaretli Sıralar testi ile karşılaştırmalı analizleri aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 40: Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması

Ort. İzlem Problem Çözme- Ort. Ön Test Problem Çözme	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	z	p
Negatif sıralar	1	4.00	4.00	-1.36	.17
Pozitif sıralar	5	3.40	17.00		
Eşit	1				
Toplam	7				

Annelerin ÇEİT eğitiminden üç ay sonraki ve önceki empatik eğilim düzeyleri arasında anlamlı düzeyde farklılık elde edilmemiştir ($z = -1.36$, $p > .05$, $r = -.51$).

3.2. Nitel Bulgular

Araştırmanın deney grubunu oluşturan anneler ile çocuk ebeveyn ilişki terapisi eğitiminin ardından hem filial terapiye dair görüşleri almak hem de eğitim sonunda ortaya çıkan katkı ve kazanımları değerlendirmek amacıyla her bir katılımcı ile birebir görüşme yapılmıştır. Görüşmelerden elde edilen verilen içerik analizi tekniği ile incelenmiştir.

Katılımcılarla derinlemesine görüşme yapmak amacıyla hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formuna ait bazı sorular aşağıda yer almaktadır:

1. Filial Terapi eğitimi düşündüğünüzde neler söylersiniz?
2. Programa katıldıktan sonra kendinizde değişen şeyler oldu mu? Neler değişti?
3. Programa katıldıktan sonra çocuğunuzda değişen şeyler oldu mu? Neler değişti?
4. Sizin için programın en önemli katkısı ne oldu?

Katılımcılar ile yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgular aşağıda yer alan Tablo 41 ve Tablo 42’de verilmiştir:

Tablo 41: Deney grubunun ÇEİT eğitimi ile elde ettiği kazanımlar ve eğitim hakkındaki görüşleri

Temalar	Alt Temalar
Filial Terapi Hakkındaki Görüşler	- Filial terapinin faydaları - Filial terapi hakkında öneriler
Filial Terapi Sonrası Elde Edilen Kazanımlar	- Anne açısından kazanımlar - Çocuk açısından kazanımlar - Anne-çocuk ilişkisi açısından kazanımlar
Filial Terapinin İletişim Becerilerine Katkıları	- Empati becerileri - Aile içi iletişime etkisi - Çocuğun ifade becerisine etkisi
Filial Terapinin Duygu Düzenleme Becerilerine Katkıları	- Annenin duygularını kabul etmesi - Annenin çocuğun duygularını kabul etmesi - Annenin çocuğun duygularına yönelmesi

Tablo 42: Katılımcıların görüşme içeriğinde yer alan temalar

Katılımcı	Görüş	Kendinde Değişim	Çocukta Değişim	En Önemli Katkı	İletişim	Duygu Düzenleme	Empati	Öneri
K1	Etkileşim, oyun dili, iyi anlaşabilme k	Sabırlı, duygusunu anlama, korktun, üzüldün, geri dönüt vermek, duygusunu yakalamak, onun dilinden konuşmak	Hırçındı, ılımlı, sıcak, ağlama krizleri azaldı, kendini ifade ediyor, gerilim tırmanmıyor, anlayışla yaklaşma, iletişimimiz ııındı	Oyun oynamayı öğrenmek, çocuğa oyunda alan açmamak, oyunlarında yer bulmak, oyununa eşlik etmek, iyi ki özel oyun var	Anlaşılır konuşma, çok yargılayıcı dil kullanıyormuş um, onun açısından bakmak, empati kurmak, onun anlayacağı şekilde anlatmak, yapamazsın yerine doğru sınır koyuyorum, ‘annem sınır da koyuyor, ama beni de anlıyor’	Duygularıma yöneldim, duygularımı yakaladım, ani çıkışlar yapmıyorum, ani çıkışlar yapmıyorum, duygularımıza yoğunlaşıyorum , diğerlerinin duygularını da görüyorum, duyguların geçici olduğunu fark ettim, duyguları okuma konusunda çok geliştim	Temel taşlardan biri empatik yaklaşım, çocuğumun iyi bir özelliğini söylemek, onun açısından bakmak, ona yansıtıcı cümleler kullanmak, empati yapmamı geliştirdi,	Oyunların üzerinde daha ayrıntılı durabilirdik
K2	Davranışları mın doğru/yanlış olduğunu öğrenmek,	Sakin bir anne, daha dikkat eder, daha iyi anne-kız ilişkisi	Sakinleşti, yanlışlar bendeymiş, daha az inatçı, normal bir çocukmuş	Sınır, sınır çizmeyi öğrenmiş olmak, kendi sınırlarım	Sabırsızdım, kızımı kırıyordum, dinginlendim, yansıtımlarla onun bana	Sinirliydim, daha sakinim, duyguları belirtmem eksikmiş, duyguları dile	Empati kuran bir insan, empatiyi biraz daha fazla yapmış olabilirim,	Seçim verme konusu birkaç ders daha uzun olabilirdi.

sınır,
yansıtımlar

için de
uygulayacağ
ım

bağırımları
azaldı, daha
sakinim, onu
anlayabiliyoru
m

getirmiyormuşu
m, yansıtımlar,
duyguları
isimlendirmek,
duyguları fark
etmek,
duygusunu
yansıtınca
çocuğum daha
sakin, sinir
açısından
yükseliş
olmuyor

K3	Birebir iletişim, şartsız, koşulsuz çocuğu gözlemlemek, oyun oynayarak iletişime geçmek, çocuğumla ilişkim ikinci çocuktan önceki ambiyansı yakaladı,	Enerji yükselmesi, kendimi keşfetme, oyun oynamak için istek oluştu, farkındalıkla cümle kurma, öğrendiklerim i çocuğumla uygulamak iyi geldi	Oğlum kardeşten sonra ötelenmiş hissediyordu, ilk oyun saatinden itibaren hep kardeşim hep kardeşim cümlesini hiç duymadım, bakışları, yüz ifadesi, anne beni sevdiğini biliyorum	Öğüt verirken buldum kendimi, daha çok dikkat ediyorum, ‘tam istediğin gibi oldu’ cümlesi ‘kendinle gurur duymalısın’, çocuğuma daha kaliteli	Benimle ilgilenmiyorsun, beni sevmiyorsun, iletişim halinde olmak, seçimler sunmak	Ekran saati yapardı, şimdi zamanını planlı kullanıyor	Sınırlar, hatamı yapıyorum, sınır varsa güvendeyim, hata yapmıyormuşum, rahatladım, kuralcı olduğumu söyleyenler	İçeriği dolu bir programdı.
----	---	---	---	---	--	---	--	-----------------------------

deliğine
değil simide
odaklanın,
doğru bir
eğitimdeyi
m

zaman
ayırma,

K4	Bağımız gelişti, duyguların yansıtılması , yüz ifadeleri, öfkelerini nasıl kontrol etmesi gerektiğini öğretmem	Sabretmeyi öğrendim, çocuğun duygularını es geçtiğimi fark ettim, dikkat etmeye çalışıyorum, ısrarla oyun oynamak istiyor, gözlerindeki ilgi ışığını görüyorum, dinleme huyum yokmuş, dikkatli dinlemeye özen, kendimi bazen yetersiz hissediyorum, çocuğuma	Babam rahatsızdı, çocuğumla çok ilgilenemedi m, çizgi film izliyordu, şiddet içeren şeyler, ısırma huyu başladı, vurma huyu var mesela, özel oyun seansında sınırlara uyuyor, dinlemeye başladı, duygularını yansıtıyor, üzüldüm diyor, kızdım diyor, ifade edebiliyor,	Nasıl davranmam gerektiğini fark ettim, duygularını es geçtiğimi fark ettim, sabır konusunda sıkıntı olduğunu fark ettim	Duygu aktarımı var, rahatlıkla soru sorabiliyor, sosyal ortamlarda daha rahat, korkularını söyleyebiliyor, bana olayları anlatıyor, her duygusunu gelip bana söyleyebiliyor, korkularını oyunla aşabiliyoruz	Kızacağım zaman içimden sakin ol diyorum, sabret diyorum, o da bir birey, duyguları, istekleri var, kendimi frenlemeye çalışıyorum, ona yardım etmeye çalışıyorum, duygularını görmeye çalışıyorum, ben de duygularımı ifade ediyorum, eğitimden önce bu kadar edemezdin	İnsanlara karşı empati kuruyorum, onun yerinde olsam nasıl davranırım, farkındalık daha çok oluşuyor, çocuğum sürekli oyun oynamak istiyor, çocuk sonuçta diyorum oyun oynaması lazım, çocuğumla empati kurabiliyorum , çocuk oyun kurmayı öğrenmek istiyor,	Uygulama videolarında çok şey fark ettim, ilk oyun oturumunda çok kasmışım kendimi, kendim gibi olamamışım, videoları izledikçe rahatladım, başka psikologların oyun videoları da izlenebilirdi
----	--	--	--	---	--	--	---	---

		çok zaman ayıramıyorum	tam da istediğin gibi olmuş, oyun saati dışında da yansıtıyor				empatim daha çok arttı,	
K5	Oyun terapisi diye düşünmüştüm, iletişim, sınır koyma, soru sormadan oyun oynama, serbest bırakma, yönlendirmeye yapmama	Yönlendirmeyi çok yapıyordum, şimdi seçenek sunuyorum, simit örneği, simidin boş kısmına değil, dolu kısmına odaklanıyorum	Çocuğum biraz küçük, prematüre, henüz değişiklik fark etmedim, kelime kullanımı az seviyede	Zorlamama ya çalışıyorum, sakın olmaya çalışıyorum, daha sabırlı olmaya çalışıyorum	Tost öpücüğü, gülüyor, sımsıkı sarılıyor, iletişimimiz daha iyi oluyor,	Çok sakın kalamayabiliyorum, yine kızabiliyorum, termostat olun	Empati daha fazla yapıyor olabilirim, ileride sizi nasıl hatırlamasını istersiniz sorunuzu hatırlıyorum	Çocuklarla beraber de otumlara katılma durumu olsaydı
K6	Bilmediklerimizi öğrendik, çocuklarıma nasıl yaklaşılmasını öğrendim, hayatımı kolaylaştırdı	Çocuklarıma nasıl davranmam gerektiğini öğrendim, anı sinirlenmelerim oluyordu, şimdi kendimi frenliyorum, frenleyemediğim zaman	Öfke krizleri, ısrarcılığı oluyordu, ona bağırarak yaklaşıyordum, şimdi çok farklı, şimdi aramızda çok farklı bir bağ oluştu, o öfkeliyken ben sakın	Benim bilgi sahibi olmam, geliyor gidiyor sarılıyor bana,	Çocuğu önceden belki de dinlemiyordum, oyun oynayalım dediğinde savuşturuyordum, programdan sonra ben ona vakit	Önceden okuldan ağlayarak gelirdi, şimdi yansıtarak yaklaşınca ağlamalar olmuyor, önceden o ağlayınca ben de kızıyordum, şimdi her şey	Empati kurarak yaklaşıyorum, ne yapmak istediğini anlıyorum, işim var git babanla oyna derdim, şimdi oyun oynama isteğini anlıyorum,	Programda olması gerekenleri aldığımızı düşünüyorum

		burda ne yapabilirim diyorum, çözüm odaklı olmak, diğer çocuklarıma yaklaşımım da değişti	olmayı seçiyorum, anne seni çok seviyorum diyor		ayırabiliyorum , sorunu iletişim kurarak hallediyorum	duygu odaklı, anlıyorum, yansıtarak onun ne yaşadığını hissederek yaklaşım	sandviç sarılması, şimdi onlarla iç içe oyun oynuyorum, yaptığımı hissederek yapıyorum	
K7	Yansıtıcı yanıtlama, duyguları doğru anlayabilme , karşılığını doğru alabilme, doğru zamanda doğru müdahale	Sabırlı olduğumu düşünüyordum ama bazı noktalarda sabırsızmışım , yansıtıcı yanıtlamalarla a çocuğumun duygularını görmeye başladım, yaptığı her hareketi anlamaya başladım, simidin deliğine değil de kendine odaklanmayı, termostat olmayı	Çocuğum yansıtıcı yanıtları benden daha çok istemeye başladı, onu daha çok anladığımı için artık büyüklerimizden yardım istemek için kaçmıyor, bazen babasıyla sürtüştüğünde diyor, kaçma davranışı nerdeyse bitti, çocuğum da babasına	Doğru iletişimle çocuğumla kaliteli zaman geçirmek, anlaşılabilir konuşmak, tek ona sınırların olmadığını, herkesin yapmaması gereken davranış olduğunu kabullendi, benim ondan kopamama duygularım olduğunu	Daha çok benim isteğim üzerine bir iletişim kuruyormuşuz, çok soru sorduğumu fark ettim, yansıtıcı yanıtlar beni farklı bir bakış açısına götürdü, iletişimimize çok yansıdı, doğru iletişim kurmaya başladım	Öfke kontrolünde katkı oldu, termometre değil termostat oldum, daha rahat oldum, onunla yükseldiğimde onun kaçtığını fark ettim, onun kendini ifade etmesi gerektiğini, duygularını ifade etmesi gerektiğini bu eğitimde öğrendim, ben onu duygularını gördükçe o da kendi	Empatik yaklaşıma çalışıyordum, ben duyguları ifade ettikçe doğru olup olmadığını gördüm, önceden duygu yansıtması yapmıyordum, şimdi hayatımda yapılması gereken bir numaralı gerçek, çocuğuma yapıyorum, ablamlara yapıyorum,	Programda öğrendikleri miz dışında başka bir şey olmasına gerek yok

öğrenmem,
öfke
kontrolünü
kendi içimde
yapabilmem,
sakin
konuşabilme
m, çocukla o
anda
sinirlenmeme
m gerektiğini
anladım

yansıtıcı
yanıtlar
vermeye
başladı, kendi
duygularını
kendisi de
anlıyor,
başkalarının
duygularını
da anlamaya
çalışıyor

fark ettim,
bunları
azalttığımı
için çok
katkısı oldu,
ben nerede
yanlış
yaptığımı
gördüm,
kendimi
anlamam
konusunda
katkı sağladı

duygularını
farkında,

empati de
yansıtma
yapmam
gerektiğini
anladım,
kendini
görmesi, ne
hissettiğini
duyması
gerekıyor



Filial Terapi Hakkındaki Görüşler

Katılımcıların filial terapi eğitimi hakkındaki görüşleri, eğitimin faydalı gördükleri yanları ve eğitim için önerileri çerçevesinde şekillenmiştir.

K1 ve K6 filial terapi eğitiminin çocuklarına nasıl yaklaşmak gerektiğini öğrenme, çocuklarla olan etkileşimi artırma ve onun anlayacağı dilden konuşmaya katkı sağladığı yönünde görüş belirtmişlerdir. K2, bu görüşleri destekler nitelikte cevaplar vermiş olup filial terapi eğitimi boyunca öğrendiklerinin faydalı olduğunu belirtmiş, ancak bazı noktaların üstünde daha fazla durulması gerektiğini söylemiştir. K2 sınır koyma konusunda başarılı olduğunu ifade ederken, çocuğa seçenek sunma noktasında zorlandığını, bu konunun üzerine bir iki oturum daha çalışmanın iyi olabileceği önerisinde bulunmuştur.

K3 ve K4 çocuğuyla koşulsuz şartsız şekilde sadece çocuğu gözlemleyerek iletişim kurma, sınır koyma ve oyun oynarken dikkat edilmesi gerekenler noktasında filial terapinin faydalı olduğunu düşünmektedir. K4 aldığı eğitim için “*Güzel bir çalışmaydı benim için*” ifadesini kullanmıştır. K3 filial terapi eğitiminin ilk oturumundan itibaren ÇEİT’in eğitimi içeriğinde yer alan “Simidin deliğine değil kendisine odaklanın” temel kuralından çok etkilendiğini söylemiş ve bunu duyduğunda “Evet doğru bir eğitimdeyim demiştim” dediğini aktarmıştır.

K5 filial terapinin ilk oturumu ile son oturumu arasındaki farka değinmiş ve bu durumu “*Mesela ilk oturumu yaptığım zaman çok kasmışım kendimi, kendim gibi olamamışım onu fark ettim ama bu videoları izledikçe izledikçe kendim rahatladım*” diyerek aktarmıştır. K5 bu çalışmanın kendisine çok katkısı olduğunu belirtmiş ancak seanslarda birlikte izlenen videoların sayısının daha fazla olabileceği, hatta başka psikologların nasıl uygulama yaptıklarını görmenin daha iyi olabileceği konusunda bir öneride bulunmuştur.

K7 ise filial terapi hakkındaki görüşlerini “*Yansıtıcı yanıtlama, duyguları doğru anlayabilme, karşılığını doğru alabilme diyebilirim. Doğru zamanda doğru müdahale de diyebilirim. Çünkü evet, yansıtıcı yanıtlamayı yapabiliriz ama doğru zamanda doğru müdahaleyi yapmazsak da hep bir eksikimiz kalacak. Bu eksikleri tamamlamak daha da zorlaşacak. O sebeple doğru zamanda doğru müdahaleyi yapmayı öğrendim*” diyerek ifade etmiştir. Aynı zamanda program boyunca duygulardan sınırlara kadar pek çok konuda ilerleme kaydettiğini, bunların çocuklarla olan iletişime yön vermekten ziyade

hayat boyu uygulayabileceği yöntemler olduğunu ve programın ilerleyişini işlevsel bulduğunu, uygulanması gereken noktaları yakaladığını düşünmektedir.

Filial Terapi Sonrasında Elde Edilen Kazanımlar

Katılımcıların filial terapiden elde ettiği kazanımlar teması; anneler açısından kazanım, çocuklar açısından kazanım ve anne-çocuk ilişkisi açısından kazanımlar olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır.

K1 filial terapi eğitimi öncesi daha sabırsız olduğunu, şimdi ise olay ve durumlara çocuğunun bakış açısıyla bakabildiğini, çocuğunun duygusunu yakalayabildiği için mutlu olduğunu ve onun dilinden konuşabilmenin iyi hissettirdiğini ifade etmiştir. K7 ise filial terapi eğitimi öncesinde kendisini sabırlı bir anne olarak tanımlarken, eğitimin sona aslında sabırlı olmadığını fark ettiğini belirtmiştir. Çocuğunun hareketlerinin farkında olan ancak neyi neden yaptığını anlamlandıramayan K7, çocuğunun duygularını görmeye başladıktan sonra hareketlerinin de bir anlam kazandığını söylemiş ve buna bağlı olarak çocuğunun elde ettiği kazanımı *“Onun duygularını anladıkça o da kendi duygularının farkında olarak karşı tarafa cevap verdi”* şeklinde aktarmıştır. K7’nin çocuğunun elde ettiği kazanıma benzer şekilde K5 de *“Duygularını yansıtıyor. Mesela üzüldüğü zaman üzüldüm diyor. Kızdığı zaman kızdım diyor, ifade edebiliyor. Bir de şey var mesela bir şey yapıyor bakıyor. Tam da istediğin gibi olmuş kelimesini kendisine kullanıyor mesela benim derste yaptığım söylediğim kelimeleri ders dışında da yansıtıyor”* diyerek çocuğunun elde ettiği kazanımları ifade etmiştir.

K1 filial terapi eğitiminden önce oyun oynamayı çocuğuna öğretmek istediklerini aktarmada bir araç olarak gördüğünü, oynadıkları oyunları kendi isteği doğrultusunda şekillendirmeye çalıştığını ve bu yüzden de çocuğunun hırçın davrandığını aktarmıştır. K1 filial terapi eğitimi aldıktan sonra, aslında çocuğuna oyunda alan açmadığını fark etmiş ve bunu düzeltmek için özel oyun zamanlarında çocuğunun oyunu yönlendirmesine fırsat vererek çocuğuyla oyun oynadığını belirtmiştir. Benzer şekilde K4’ te filial terapi eğitiminden önce çocuğunu fazlaca yönlendirdiğini, oyun oynarken çok kuralcı olduğunu ve çocuğunu serbest bırakmadığını ancak filial terapi eğitiminden sonra çocuğu oyun zamanlarında daha serbest bıraktığını, oyun kurmasına fırsat verdiğini ifade etmiştir.

K1 çocuğunun özel oyun saatlerinden çok memnun olduğunu şu sözlerle aktarmıştır “*Mesela dün akşam diyor ki iyi ki özel oyun var yoksa benimle hiç oynamayacaksın*”. Ayrıca K1 eğitim öncesi ani çıkışlar yaptığını, filial terapi eğitimi aldıktan sonra bu davranışı terk ettiğini ve etkili bir sınır koyma becerisi kazandığını da belirtmiştir. K2 ve K4’te filial terapi eğitimi öncesi çocuklarına sınır koyma konusunda oldukça problem yaşadıklarını filial terapi eğitiminden sonra ise bu durumun gözle görülür şekilde değiştiğini belirtmişlerdir. K7’de K1’e benzer şekilde öfke problemi yaşadığını ancak şu an öfkesini kontrol edebildiğini, eskisine göre daha rahat bir tavırla çocuğuna yaklaşabildiğini söylemiştir.

K2 filial terapi eğitiminden önce hayatında duygu belirtmenin eksik olduğunu, kızgınlığını da mutluluğunu da dile getirmediğini, bu eksikliği de oyun oturumları sırasında çektikleri videolarda araştırmacının “duygularını da belirt” demesiyle fark ettiğini söylemiştir. Filial terapi eğitimiyle çocuğunun duygularını isimlendirmek, fark etmek ve alana çıkarmakla ilgili destek olduğunu belirten K2, çocuğuna duygusunu yansıttığında onun da aynı şekilde geri dönüt verdiğini, kendisi sakinse çocuğunun da sakin olduğunu ifade etmiştir.

İki çocuk annesi K3 ikinci çocuğu olduktan sonra ilk çocuğu için endişeli olduğunu, ilk çocuğuna kardeşi doğmadan önce ayırdığı vakti şu an ayıramadığını bu yüzden de filial terapi eğitimine katılmaya karar verdiğini söylemiştir. K3 “*Bu süreçte sizin verdiğiniz kademeli kademeli ödevler vesilesiyle tekrar çocuğumla aramdaki ilişkinin eski ambiyansını yakaladığıma gönülden inanıyorum*” diyerek filial terapi eğitiminden elde ettiği kazanımı aktarmıştır. Aynı zamanda enerjisinin yükseldiğini ve kendini keşfettiğini belirten K3, farkındalığının arttığını, çocuğuna eskiden seçenek sunmazken şu an seçenekler sunduğunu ve daha kaliteli zaman geçirdiklerini söylemiştir.

K5 filial terapi eğitimi öncesinde ailesinin sağlık problemlerinden dolayı çocuğunu biraz ihmal ettiğini, bu süreçte çocuğun ekrana olan ilgisinin arttığını ve izlediği içerikler yüzünden vurma, ısırma gibi davranışlarda bulunduğunu ifade etmiştir. Filial terapi eğitimi başladıktan sonra bu davranışlarda azalma olduğunu ancak çocuğun ekrana maruz kaldığında aynı davranışları tekrarladığını da beyan etmiştir. Filial terapi eğitimi süresince gerçekleştirdikleri oyun saatlerinde ise çocuğun sınırlara ve kurallara daha çok uyduğunu belirtmiştir.

K6 filial terapi eğitimi sonrası çocuğuna karşı nasıl davranması gerektiğini öğrendiğini, ani sinirlenmelerinin artık olmadığını ve kendisini frenleyebildiğini söylemiştir. Eğitim öncesi çocuğunun öfke krizlerinin fazla olduğunu kendisinin de bu krizler karşısında kızıp bağırıldığını şimdi ise daha farklı yaklaştığını, önceden çocuğunun isteklerine kulak vermediğini ve aslında birçok konuda bilgi sahibi olmadığını fark ettiğini belirtmiştir.

K7 filial terapi öncesinde çocuğunun birine kızdığında veya anlaşılmadığında babaannesine, anneannesine gitmek istediğini, bunu da anne babasını şikayet etmek amacıyla yaptığını anlatmış, eğitimden sonra bu kaçma davranışının azaldığını fark etmiştir. K7 *“Ben gerçekten bunun farkındaydım ama bırakmasına neden olacak şeyi bulamamıştım ama buldum”* diyerek filial terapi eğitiminden elde ettiği kazanımı dile getirmiştir.

Çocukların filial terapi eğitimi sonrası kazanımlarına baktığımızdaysa fark edilir derecede ve olumlu değişimler olduğu öğrenilmiştir. Hırçın ve gergin davranışlar sergileyen çocukların artık daha sakin bir tavırdaki oldukları anneleri (K1, K3 ve K6) tarafından aktarılmıştır.

Filial Terapinin İletişim Becerilerine Katkıları

Anneler filial terapinin iletişim becerilerine de olumlu katkıları olduğundan bahsetmiş, empati becerilerinin de geliştiğini ifade etmişlerdir.

K1 empati becerisi kazanabilmiş olmayı programın temel taşlarından biri olarak ifade etmiş ve yansıtıcı cümleler kullanmanın, çocuğunun olumlu özelliklerini keşfetmenin empatik yaklaşımları geliştirmede çok faydasını gördüğünü açıklamıştır.

Kendisini filial terapi öncesinde de empati yapabilen bir anne olarak tarif eden K2, bu eğitimle birlikte empati becerisinin daha da arttığını ve iletişimlerinin şu an daha sağlıklı olduğunu belirtmiştir. K2 *“Mesela ben böyle davranıyormuşum ki böyle yapıyormuş”* diyerek çocuğuyla arasındaki iletişime dair yeni bir farkındalık kazandığını da aktarmıştır. K5 de tıpkı K2 gibi eğitim öncesinde de kendisini empati yapabilen bir anne olarak tanımlarken, eğitimle birlikte aslında çocuğunun birçok duygusunu göz ardı ettiğini fark etmiş ve şu anki bilgi birikimiyle birlikte iletişimlerinin daha sağlıklı bir noktaya geldiğini ifade etmiştir. K5 *“Sürekli benle oynamak istemesi anormal geliyordu*

bana. Ama kendi oyun kurmasını bilmiyor. Oyun nasıl oynanması gerektiğini bilmiyor onu öğrenmeye çalışıyor. Ben bunu göz ardı etmişim, bunu fark ettim, empati kurabiliyorum şimdi” diyerek şu an çocuğunu daha iyi anlayabildiğini de aktarmıştır.

K3 ise filial terapi öncesinde iki çocuğu arasında dengeyi sağlamakta zorlandığını, küçük çocuğunun anneye daha bağımlı olmasından kaynaklı olarak ilk çocuğundan daha fazla anlayış beklediğini söylemiş bu durumun da ilk çocuğuyla ilişkilerini zedelediğini ifade etmiştir. K3 ilk çocuğu için *“Hep kardeşim hep kardeşim diyordu bana ben de bu cümlelerin altında eziliyordum”* diyerek çocukları arasındaki dengede çıkmaza girdiğini belirtmiştir. İlk çocuğuyla iletişiminin *“Benimle ilgilenmiyorsun, beni sevmiyorsun, hep kardeşimle ilgileniyorsun”* serzenişlerden ibaret olmaya başladığını ifade eden K3, filial terapi kapsamında planlayıp gerçekleştirdikleri özel oyun saatlerinde bu cümlelerin artık kurulmadığını, hatta ilk oyun saatinden itibaren çocuğundan bu tarz sitemleri hiç duymadığını söylemiştir. Çocuğuyla iletişim halinde olmak için çabaladığını ve çocuğunun da bu çabayı fark ettiğini söyleyen K3, şu an iletişimde yaşadıkları sorunları büyük oranda hallettiklerini düşünmektedir.

K4 araştırmacının ev ödevi kapsamında verdiği tost öpücüğü çalışmasının çocuğu tarafından çok sevildiğini söylemiş, *“İletişimimiz iyiydi daha da iyi oluyor”* diyerek filial terapi eğitimi bağlamında uyguladıklarının iletişimlerine olumlu katkısından bahsetmiştir.

K5 ve K6 filial terapi eğitimi sonrası çocuklarıyla aralarındaki bağın geliştiğini belirtmişlerdir. Buna ek olarak K6 kendisinde meydana gelen değişimlerin iletişimlerine olumlu yansıdığını da aktarmıştır.

K7 ise diğer katılımcılardan farklı olarak empati yapmanın kendi bildiklerinden çok farklı bir yönü olduğunu, bu farkındalığı da filial terapi eğitimiyle birlikte kazandığını ifade etmiştir. K7 *“Karşıdaki insana empatik yaklaşsanız da duygusunu doğru anlasanız da onu yansıtmanız lazım”* diyerek empatide geri bildirim vermenin önemini vurgulamıştır. Duygu yansıtmasının sadece çocukla iletişimde değil kendi sosyal hayatında da uygulayacağı bir teknik olduğunu ifade etmiştir. Empati yapmayı duygu yansıtmayla birlikte içselleştiren K7 doğru bir iletişimle daha kaliteli zaman geçirdiklerini söylemiştir. Çocuğuyla iletişimde sadece kendi isteklerini önemsemek ve sürekli soru sormak yerine çocuğun isteklerine önem verdiğinde çocuğun da yansıtıcı

yanıtlarla daha güzel dönüşler yaptığını, şu an daha iyi bir iletişimleri olduğunu belirtmiştir.

Filial Terapinin Duygu Düzenleme Becerilerine Katkıları

K1 filial terapi eğitimi öncesi sadece kendi duygularına ve kendi isteklerine odaklandığını, bu şekilde çocuğuyla arasındaki gerilimin tırmandığını ancak şu an duygularına kontrollü yaklaşabildiği için eskisi gibi problem yaşamadıklarını belirtmiştir. Şu an duygulara daha çok yoğunlaştığını belirten K1, eskiden geçmeyecek zannettiği duygu durumlarının şu an geçici olduğunu kabul ettiğini ve bu durumdan mutlu olduğunu söylemiştir. Ayrıca programın duyguları okuma konusunda kendisini çok güzel yönlendirdiğini düşünmektedir. K2 de duyguları isimlendirmek, fark etmek ve açığa çıkarmak konusunda filial terapinin etkisini oldukça yoğun bir şekilde hissettiğini ifade etmiştir.

K5 ise filial terapi eğitimi sonrası duygu düzenleme becerisi için *“Çocuğumun duygularını görmeye çalışıyorum. Ben de duygularımı ifade ediyorum çocuğuma, ben de korkuyorum diyorum, üzülüyorum diyorum kızdım diyorum mesela. Programdan önce bu kadar söyleyemiyordum”* diyerek eğitim öncesi pek de uygulamadığı bir davranışa hayatında yer vermeye başladığını belirtmiştir.

K6 ve K7 filial terapi eğitiminin öfkesini dizginleme konusunda oldukça faydalı olduğunu söylemiştir. Öfkelendiği anlarda eğitim sırasında *“Termometre değil, termostat olun”* temel kuralının aklına geldiğini söyleyen K7, bu düşünceyle öfkesini kontrol altına alabildiğini, eskisi kadar sinirlenmediğini ifade etmiştir. Hatta zaman zaman kendi çocukluğunu anımsadığını söylemiş ve bazı noktalarda çocuğundan daha kötü olduğunu aktarmıştır. Bu düşünceden hareketle çocuğunun da bazen öfke, kaçma gibi duygularının olmasının normal olduğunu kabul ettiğini belirtmiştir. Kendi duygu durumunu düzenlediğinde, çocuğunda da benzer bir şekilde olumlu geri dönüt aldığını ifade eden K7 çocuğuyla arasındaki gerilim için *“Onunla birlikte yükselmekten kaynaklı olduğunu fark ettim. Bunları düzenledik”* diyerek duygu düzenleme konusundaki farkındalığının arttığını söylemiştir. K6 ise duygu düzenleme hakkında *“Filial terapiye, oyun terapisine gelmeden önce de çok farklı bir şekilde yaklaşıyordum. Farklı bir şekilde çözmeye çalışıyordum. Yani o öfkeliyken ben de öfkeyle yaklaşıyordum ama şimdi o öfkeli iken ben sakin olmayı ve hani çözüm odaklı olmayı seçiyorum”*

diyerek aldığı eğitimle birlikte değişen durumları aktarmış ve şu an her şeye duygu odaklı yaklaştığını ifade etmiştir.

Filial terapi eğitiminin duygu düzenleme becerisi üzerindeki olumlu katkılarından bahseden katılımcıların yanı sıra maksimum bir fayda elde edemediğini ifade eden katılımcılar da olmuştur. K4 *“Yine hani tamamen çok sakin kalamayabiliyorum. Bazen yine kızabiliyorum falan ama. En azından hani aklıma geldikçe işte böyle yapılmaması gerekiyordu diye daha sakinliğimi korumaya çalışıyorum”* diyerek duygu düzenleme konusunda eskiye nazaran kontrollü davranmaya çalışsa da bu konuda her zaman başarılı olamadığını söylemiştir.

Araştırmanın hem nicel hem nitel bulguları değerlendirildiğinde Filial Terapinin ebeveynlerin ebeveynlik süreçlerine önemli katkılar sunduğu görülmektedir. Özellikle ebeveynlerin çocuğuyla iletişimine, empatik eğilim ve duygu düzenleme düzeyine odaklanılan bir çalışma ortaya konulmuş olsa da elde edilen bulgular, Filial Terapinin ebeveynlik sürecinde anneleri güçlendirdiği, özgüvenlerini tazelediği, çocuklarına bakım verme, gelişimlerine destek olma konusunda daha cesaretli olmalarına katkı sağladığı söylenebilir. Günümüzün en temel ebeveynlik sorunlarından birinin yeterli bir ebeveyn olmadığını düşünmek olduğu göz önüne alındığında, Filial Terapi eğitiminin içinden geçerken de eğitimin sonrasında da annelerin artık daha yeterli hissettikleri, ebeveynlikte attıkları adımları daha güvenli bir şekilde sürdürdükleri söylenebilir.

Bu eğitime katılan anneler çocuklarına doğru sınır koymayı, çocuklarına seçenek sunmayı, onları kararlarında desteklemeyi ve çabalarını takdir etmeyi öğrenmişlerdir. Bu öğrendikleri beceriler ile annelerin çocuklarının gelecekte karşılaşabilecekleri ergenlik dönemi ve yetişkinlik dönemi sorunlarına daha önleyici bir tutumla yaklaşabilecekleri düşünülmektedir. Annelerin bu becerileri eğitim kapsamında odaklandıkları çocuğunun dışında diğer çocuklarına da uygulayabileceği eğitim kapsamında anlatılmaktadır. Böylece anneler öğrendikleri bilgileri önce kendi ailelerinde genişletmeye başlayabilir. Aynı zamanda bu eğitimi alan annelerin çocukları daha özgüvenli, davranışsal ya da duygusal sorunlarının üstesinden gelmiş bireyler olarak topluma karışacaklardır. Bu da toplumda geleceğimizin mimarı olacak çocukların daha güçlü adımlarla ilerlemelerine destek olacaktır. Diğer yandan bir grup anne ile başlayan müdahale halka etkisi de yaratabilir ve anlayışlı, dinleyebilen, empatik yaklaşabilen, iletişim becerileri güçlü çocukların yetişkinliğe doğru ilerlemesi, onların

da yetiştireceği çocuklara rol model aldıkları ebeveynlerinin yaklaşımlarını taşıyarak, yeni nesillerin de benzer yaklaşımlarla yetiştirilmesine yardımcı olabilir.



SONUÇ

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulgular ilgili literatür çerçevesinde tartışılarak, sonuç ve önerilere yer verilecektir.

Bu araştırmada araştırmacı tarafından 3-8 yaş arasında çocuğu olan annelere 10 hafta Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi (Filial Terapi) uygulanarak, uygulamanın annelerin çocuklarıyla iletişimlerine, empatik eğilim ve duygu düzenleme düzeylerine etkisine bakılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgular aşağıda başlıklar halinde tartışma ve değerlendirme, sonuç ve öneriler olarak verilmiştir.

1. Nicel Bulgulara İlişkin Tartışma ve Değerlendirme: Araştırmanın ilk hipotezi olan “ÇEİT eğitimine katılan ebeveynlerin çocuklarıyla iletişim düzeyi eğitim öncesinde ve sonrasında farklılık göstermekte midir?” problemini test etmek amacıyla araştırmaya katılan annelerden 10 haftalık Filial Terapi uygulamasına başlamadan önce ve sonra Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ile ön test-son test ölçümleri alınmıştır. Yapılan analiz sonucunda eğitim sonrasında eğitim öncesine göre ebeveynlerin çocuklarıyla iletişim düzeylerinde anlamlı bir yükselme olduğu bulunmuştur. Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği alt boyutlarında ise ön test son test karşılaştırmalarında, engelsiz dinleme, duyarlılık ve problem çözme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık elde edilirken, paylaşma açık olma ve saygı-kabul alt boyutlarında ise anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir. Literatüre bakıldığında, Bavin-Hoffman, Jennings ve Landreth (1996) yaptıkları çalışmada, Filial Terapi’ye katılan çiftlerle yaptıkları görüşmelerde ebeveynlerin çocuklarıyla iletişimlerinde olumlu gelişmeler olduğunu ifade ettiklerini raporlamışlardır. Bu çalışmada annelerin paylaşma açık olma ve saygı-kabul düzeylerinin ön test-son test puanları arasında anlamlı bir fark bulunmasa da bu alt boyut puanlarında yükselme olduğu görülmüştür. Literatüre bakıldığında Filial Terapi’nin ebeveynin kabul düzeyine etkisi araştıran birçok çalışma yer almaktadır. Filial Terapi sonrasında eğitim öncesine göre ebeveynlerin kabul düzeylerinde artış olduğu bulunmuştur (Bratton ve Landreth, 1995; Bavin-Hoffman, Jennings ve Landreth, 1996; Yuen-Fan Chau ve Landreth, 1997; Costas ve Landreth, 1999; Glover ve Landreth, 2000; Bulut Ateş, 2015; Öztekin, 2017; Genç, 2023).

Araştırmanın ikinci hipotezi “ÇEİT eğitimine katılan ebeveynlerin duygu düzenleme düzeyleri eğitim öncesinde ve sonrasında farklılık göstermekte midir?” problemini test etmek amacıyla araştırmaya katılan annelerden 10 haftalık Filial Terapi uygulamasına başlamadan önce ve sonra Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği ile ön test-son test ölçümleri alınmıştır. Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği üç alt boyuttan oluşmaktadır: ‘Anne-babanın çocuğun duygularından kaçınması’, ‘Anne-babanın çocuğun duygularına yönelimi’ ve ‘Anne-babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi’. Yapılan analiz sonucunda eğitim sonrasında eğitim öncesine göre anne-babanın çocuğun duygularından kaçınması, anne-babanın çocuğun duygularına yönelimi ve anne-babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi alt boyutlarında anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir. Tüm alt boyutlarda anlamlı bir farklılık oluşmasa da ebeveynlerin ön -test puanları karşılaştırıldığında; anne babanın çocuğun duygularından kaçınması boyutunda bir azalma olduğu, anne babanın çocuğun duygularına yönelimi ve anne babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi alt boyutunda artma olduğu görülmüştür. Literatüre bakıldığında Filial Terapi uygulamasına katılan ebeveynlerin duygu düzenleme düzeylerinin nasıl değişimlendiğine dair herhangi bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Kafescioğlu, Özer ve Çarkoğlu (2012) aile işlevselliği değişkenini araştırdıkları çalışmada, Filial Terapi’ye katılan ebeveynlerin ön test son test ölçümlerinde aile içi duygusal tepki verebilme düzeyinde azalma olduğunu bulmuşlardır. Topham, Wampler, Titus ve Rolling (2011), yaptıkları çalışmada ebeveynin stresinin ve duygu düzenleme eksikliğinin çocuğunun davranış problemlerinin azalmasında belirgin bir yordayıcı olduğunu bulmuşlardır.

Araştırmanın üçüncü hipotezi “ÇEİT eğitimine katılan ebeveynlerin empatik eğilim düzeyleri eğitim öncesinde ve sonrasında farklılık göstermekte midir?” problemini test etmek amacıyla araştırmaya katılan annelerden 10 haftalık Filial Terapi uygulamasına başlamadan önce ve sonra Empatik Eğilim Ölçeği ile ön test-son test ölçümleri alınmıştır. Yapılan analiz sonucunda eğitim sonrasında eğitim öncesine göre ebeveynlerin empatik eğilim düzeylerinde anlamlı bir yükselme olduğu bulunmuştur. Literatür incelendiğinde deney ve kontrol gruplu araştırmada Filial Terapi sonrasında deney grubunda yer alan ebeveynlerin kontrol grubundaki ebeveynlere göre empati düzeyleri daha yüksek bulunmuştur (Bratton ve Landreth, 1995). Benzer şekilde Costas ve Landreth (1999), Yuen-Fan Chau ve Landreth (1997), Bulut Ateş (2015), Öztekin (2017) ve Genç (2023) yaptıkları çalışmalarda empati düzeyinin, empatik anlayışın,

empatik davranışların arttığı bulmuşlardır. Bu açıdan yapılan bu araştırmanın sonuçlarını literatür de destekler görünmektedir.

Araştırmanın dördüncü ve yedinci hipotezleri uygulanan Filial Terapi'nin ebeveyn çocuk iletişimine etkisinin üç ay sonra devam edip etmediğini araştırmak üzere kurulmuştur. Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ile elde edilen puanların son test-izlem, ön test-izlem karşılaştırmaları yapılmıştır. Elde edilen verilere göre EÇİÖ ve alt boyutları son test puanları ile izlem puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak ön test ve izlem puanlarının karşılaştırmalarına bakıldığında, annelerin Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği toplam puanı ile engelsiz dinleme, saygı-kabul ve duyarlılık alt boyut puanlarının izlem ölçümünün ön test ölçümüne göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu; paylaşma açık olma ve problem çözme alt boyut puanlarında anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Bu anlamda Filial Terapi'nin ebeveynlerin çocuklarıyla iletişim düzeylerine olumlu düzeyde etki ettiği ve bu etkiyi üç ay boyunca da sürdürdüğü görülmüştür. Ön test-son test karşılaştırmalarından farklı olarak; annelerin saygı-kabul ön test-son test puanları arasında anlamlı bir fark bulunmazken ön test-izlem puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu açıdan annelerin saygı-kabul düzenlerinin üç ay sonraki ölçümlerinde iyileşme olduğu söylenebilir. Annelerin ön test-son test karşılaştırmalarında problem çözme alt boyutu puanları arasında anlamlı bir bulunuyorken, ön test-izlem puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Problem çözme alt boyutu açısından annelerin izlem puanlarının ön test puanlarına göre yüksek olsa da son test puanlarına göre azaldığı görülmüştür.

Araştırmanın beşinci ve sekizinci hipotezleri uygulanan Filial Terapi'nin ebeveynlerin duygu düzenleme düzeyine etkisinin üç ay sonra devam edip etmediğini araştırmak üzere kurulmuştur. Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği 'Anne-babanın çocuğun duygularından kaçınması', 'Anne-babanın çocuğun duygularına yönelimi' ve 'Anne-babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi' alt boyutlarından elde edilen puanların son test-izlem, ön test-izlem karşılaştırmaları yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda son test puanları ile izlem puanları arasında, ön test puanları ile izlem puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Anne babanın çocuğun duygularından kaçınması alt boyutunda annelerin son test puanlarının ön test puanlarına göre düştüğü, izlem puanlarının ön test puanlarına göre düştüğü, ancak son test puanlarına göre izlem puanlarının arttığı görülmektedir. Bu durum, Filial Terapi'nin annelerin çocuğun duygularından kaçınması boyutunda etki ettiği, ancak üç ay sonraki izlem puanlarında

kısmen gerileme olduğu şeklinde yorumlanabilir. Anne babanın çocuğun duygularına yönelimi alt boyutunda annelerin son test puanlarının ön test puanlarına göre arttığı, ancak üç ay sonraki izlem puanlarının ise ön test puanları ile aynı seviyelerde olduğu bulunmuştur. Bu açıdan Filial Terapi'nin annelerin çocuklarının duygularına yönelimi alt boyutunda etki ederken, zamanla etkisinde gerileme olduğu görülmektedir. Anne babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi alt boyutunda annelerin son test puanlarının ön test puanlarına göre arttığı, üç ay sonra alınan izlem puanlarının da son test puanlarına göre arttığı bulunmuştur. Bu anlamda annelerin çocuklarının ve kendilerinin duygularını kabul etmesi alt boyutunda Filial Terapi'nin etkili olduğu ve bu etkinin üç ay sonrasında artarak devam ettiği bulunmuştur. Literatür incelendiğinde duygu düzenleme değişkeni açısından araştırılan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Duygu düzenleme ölçeğinin alt boyutlarında biri olan 'Anne babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi', genel anlamda çocuğun kabulü anlamında düşünülecek olursa Bulut Ateş (2015) ve Genç (2023)'in yaptığı çalışmalarda verilerle örtüşmektedir. Her iki araştırmacı ön test-son test-izlem puanlarını aldıkları ebeveynlerin Filial Terapi sonrasında ebeveynsel kabulün arttığını ve bu etkinin uzun süreli devam ettiğini bulmuşlardır. Bu çalışmalar mevcut araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir.

Araştırmanın altıncı ve dokuzuncu hipotezleri uygulanan Filial Terapi'nin ebeveynlerin empatik eğilim düzeyine etkisinin üç ay sonra devam edip etmediğini araştırmak üzere kurulmuştur. Araştırmaya katılan annelerin Empatik Eğilim Ölçeği toplam puanları son test-izlem, ön test-izlem olarak karşılaştırılmıştır. Yapılan analiz sonucunda annelerin empatik eğilim son test puanları ile üç ay sonraki izlem puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Benzer şekilde annelerin empatik eğilim ön test puanları ile üç ay sonraki izlem puanları arasında da anlamlı bir fark bulunmamıştır. Annelerin empatik eğilim ön test-son test puanları arasında anlamlı düzeyde bir artış bulunmuşken, bu etkinin son test ölçümüne göre azaldığı görülmüştür. Literatüre bakıldığında Bulut Ateş (2015) ve Genç (2023) Filial Terapi sonrasında ebeveynlerin empati düzeylerinde görülen olumlu artışın, izlem ölçümlerinde de devam ettiğini bulmuşlardır. Mevcut çalışmada bu iki çalışmadan daha farklı bir sonuç ortaya çıktığı bulunmuştur. İzlem ölçümlerinin alındığı grup oturumunda annelerden bazılarının özel oyun seanslarına devam etmediği görülmüştür. Bu durumun annelerin müdahale

materyalinden uzaklaşmalarına, etkinin azalmasına etki etmiş olabileceği düşünülmektedir.

2. Nitel Bulgulara İlişkin Tartışma ve Değerlendirme: Bu bölümde araştırmanın deneysel kısmında Filial Terapi eğitimine katılan annelerle yapılan derinlemesine görüşmeler sonrasında elde edilen verilerin içerik ve tema analizlerine dair tartışma ve değerlendirmeler yer almaktadır.

Derinlemesine görüşme yoluyla her bir katılımcı ile görüşmelerden elde edilen veriler içerik analizi ile değerlendirildiğinde; Filial Terapi ile ilgili görüşleri ve annelerin program sonrasında kazanımlarına yönelik temalar açığa çıkmıştır. Bu anlamda annelerin verdiği yanıtlara göre dört ana tema altında verilerin toplandığı görülmüştür. Bu temalar; Filial Terapi hakkındaki görüşler, Filial Terapi sonrası elde edilen kazanımlar, Filial Terapi'nin iletişim becerilerine katkıları ve Filial Terapi'nin duygu düzenleme becerilerine katkıları.

Filial Terapi hakkındaki görüşler teması incelendiğinde, annelerin Filial Terapi'nin faydalarından ve eğitime yönelik bazı önerilerden bahsetmişlerdir. Anneler Filial Terapi hakkında öneri ve görüşlerini; çocuklarla etkileşimi artırma, çocuklarına nasıl yaklaşmaları gerektiğini öğrenme, oyun diliyle çocuğun anlayabileceği dilden konuşma, sınır koyma, yansıtma yapma, şartsız, koşulsuz çocuğu gözlemleme, deliğine değil simide odaklanma, çocuğuyla arasındaki bağı geliştirme, duyguların yansıtılması, soru sormadan oyun oynama, yönlendirme yapmama, duyguları anlayabilme, karşılığını doğru alabilme, doğru zamanda doğru müdahale şeklinde ifade etmişlerdir.

Annelerin Filial Terapi eğitimi içeriği hakkında önerilerde bulundukları görülmüştür. Bu anlamda annelerden biri sınır koyma oturumlarının yeterli olduğunu ancak seçenek sunma oturumlarının daha fazla sayıda olmasını istediğini belirtmiştir. Akgün ve Yeşilyaprak (2010) da benzer şekilde annelerin oturumların kısalığını ifade ettiğini belirterek, bu durumu programın negatif yönleri olarak raporlamışlardır. Aynı anne aslında kendi hayatında da sınır koyma konusunda zorluk yaşadığını belki de bu sebeple böyle talebinin de olmuş olabileceğini eklemiştir. Bir başka anne ise oyunlar üzerinde daha fazla durulmasının kendisine daha iyi geleceğini aktarırken, bir diğeri başka psikologlara ait oyun seanslarını da izliyor olmanın faydalı olabileceğini

belirtmiştir. Bir diğer anne ise eğitim oturumlarında çocuklarıyla birlikte de oyun oynamalarının, eğitimcinin birebir müdahalesini görmenin iyi olabileceğini paylaşmıştır. Bunların dışında kalan anneler ise programın kendileri için yeterli olduğunu, başka herhangi bir şey eklenmesine gerek olmadığını belirtmişlerdir.

Filial Terapi'nin etkisini incelerken annelerle yapılan görüşmeler sonucunda; anne açısından, çocuk açısından ve anne-çocuk açısından kazanımlar olduğu görülmüştür. Bu anlamda Akgün ve Yeşilyaprak (2010) da anne çocuk ilişkisini oyunla geliştirme eğitiminin etkililiğini araştırdıkları çalışmada da anneler ile eğitim sonrasında odak grup görüşmesi yapılmıştır. Bu görüşmenin sonucunda da mevcut çalışmadaki temalara benzer şekilde eğitimin anne açısından, çocuk açısından ve anne çocuk ilişkisi açısından kazanımlarına yönelik temalara yer verildiği görülmüştür. Bulut Ateş ve Akbaş (2021) da aynı temalara yer vererek boşanmış annelerin ÇEİT eğitimine katıldıktan sonraki görüşlerini içerik analiziyle incelemişlerdir.

Anne açısından Filial Terapi'nin kazanımlarına bakılacak olursa; daha sabırlı olma, çocuğun duygusunu anlama, duygusunu yakalama ve yansıtma, daha dikkatli olma, enerji yükselmesi, kendini keşfetme, çocuğuyla oyun oynamak için istek duyma, farkındalıkla cümle kurma, dikkatli dinleme, yönlendirme yerine seçenek sunma, çocuklarına nasıl davranması gerektiğini öğrenme, ani sinirlenme yerine kendini frenleme, çözüm odaklı olma, öfke kontrolünü yapabilme, daha sakin konuşabilme, çocukla beraber sinirlenmeme şeklinde yanıtlar geldiği görülmüştür. Literatüre bakıldığında Stover ve Guernsey (1967) de 10 haftalık Filial Terapi sonrasında annelerin daha az yönlendirme yapıp, yansıtıcı cümlelerin daha fazla kullanıldığını bulmuştur. Mevcut çalışmada da anneler tarafından benzer bir değişim olduğu yönünde yanıtlar alınmıştır.

Çocuk açısından Filial Terapi'nin kazanımlarına bakıldığında; daha ılımlı ve sıcak, ağlama krizlerinde azalma, kendini ifade etme, gerilim tırmanmıyor, anlayışla yaklaşma, daha sakin, daha az inatlaşma, sevildiğini hissetme, sınırlara uyma, dinlemeye başladı, duygularını yansıtma, anlaşıldığını hissetme, sorunlardan kaçmıyor, kendi duygularını ifade ediyor, başkalarının duygularını da anlamaya çalışıyor yanıtlarının geldiği görülmüştür. Bulut Ateş ve Akbaş (2021)'ın yaptığı çalışmada çocuk açısından davranışsal kazanımda yer alan agresyonda azalma ve inatçılıkta azalma bulgularıyla mevcut çalışmanın bulgularının örtüştüğü ifade edilebilir.

Anne çocuk ilişkisi açısından Filial Terapi'nin kazanımlarına bakıldığında zaman; birlikte oyun oynayabilme, doğru sınır koyabilme, daha kaliteli zaman geçirme, daha güçlü bir bağ kurma, anlaşılabilir konuşma, etkileşimi artırma yanıtları alınmıştır. Literatüre bakıldığında etkileşimin artması Stover ve Guernsey (1967)'nin yaptığı çalışma ile, doğru sınır koyabilme, daha kaliteli zaman geçirmek, daha güçlü bir bağın gelişmesi, birlikte oyun oynayabilmek Bulut Ateş ve Akbaş (2021)'in ve Akgün ve Yeşilyaprak (2010) yaptığı çalışma ile benzerlik göstermektedir.

Filial Terapi'nin araştırmaya katılan annelerin çocuklarıyla iletişimlerine katkısı incelendiğinde; anlaşılır konuşma, daha fazla empati kurma, çocuğun anlayacağı şekilde anlatma, iletişim kurarken bağırımların azalması, çocuğun rahatlıkla soru sorması ve iletişim kurması, çocuğun duygularını ifade etmesi, olaylar hakkında konuşabilme, sorunu iletişim kurarak halletme, çocuğu daha dikkatli dinleme, farkındalıkla cümle kurma cevaplarının verildiği görülmüştür.

Filial Terapi'nin araştırmaya katılan annelerin duygu düzenleme becerilerine katkısı açısından incelendiğinde; duygulara yönelme, duyguları yakalama, ani çıkışlardan kaçınma, diğerlerinin duygularını da görme, duyguların geçici olduğunu fark etme, duyguları okuma konusunda gelişme, duyguları daha fazla dile getirme, çocuğunun duygularını yansıtınca daha sakin olduğunu fark etme, kızmadan önce sakin ol diye kendine telkin verme, kendini frenleme, çocuğunun duygularını görme ve ifade etmeye çalışma, eğitimden önce duygularını pek ifade edemezken eğitim sonrasında daha fazla ifade etmeye başlama, duygularını görünce çocuğun daha az ağlaması, her şeyin duygu odaklı olması, onun ne yaşadığını hissederek yaklaşma, öfke kontrolünü sağlayabilme, termometre yerine termostat olma, çocuğunun duygularını gördükçe onun da kendi duygularını daha çok farkında olması yanıtları alınmıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma kapsamında Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi'nin 3-10 yaş arası çocuğu olan annelerin çocuğuyla iletişimine, empatik eğilim ve duygu düzenleme düzeyine etkisi incelenmiştir.

Araştırmaya katılan annelere ön test, son test ve izlem test ölçümlerinin alınmasında uygulanan Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği'nin toplam puan, Engelsiz Dinleme, Saygı-Kabul, Duyarlılık ve Problem Çözme alt boyutlarının üzerinde Filial Terapi'nin etkili olduğu bulunmuştur. Bu etkinin uygulamanın bitiminden 3 ay sonra elde edilen izlem test verilerinde de devam ettiği tespit edilmiştir.

Aynı şekilde annelere ön test, son test ve izlem test ölçümlerinin alınmasında uygulanan Empatik Eğilim Ölçeği toplam puanının üzerinde Filial Terapi'nin etkili olduğu, ancak bu etkinin uzun süreli etkisinin azaldığı görülmüştür.

Annelere ön test, son test ve izlem test ölçümlerinin alınmasında uygulanan Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği'nin 'Anne-babanın çocuğun duygularından kaçınması' boyutu, 'Anne-babanın çocuğun duygularına yönelimi' boyutu ve 'Anne-babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi' boyutu üzerinde Filial Terapi'nin anlamlı düzeyde bir etkisinin olmadığı bulunmuştur. Ancak annelerin puan ortalamaları incelendiğinde 'Anne-babanın çocuğun duygularından kaçınması' boyutunda azalma olduğu, 'Anne-babanın çocuğun duygularına yönelimi' ve 'Anne-babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi' boyutlarında artma olduğu dikkat çekmiştir. Örneklem grubunun küçük bir gruptan oluşmasının verilerin anlamlılık düzeyini olumsuz etkilemiş olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın nitel bulguları incelendiğinde Filial Terapi müdahalesinin anneler, çocukları ve anne-çocuk ilişkisi açısından katkı sağladı görülmüştür. Ayrıca iletişim, empati ve duygu düzenleme becerileri açısından da annelerin tariflediği olumlu gelişmeler olduğu görülmüştür. Anneler müdahale öncesindeki durumlarına göre daha sakin, daha sabırlı, daha empatik ve daha kabul edici olduklarını ifade etmişlerdir. Müdahale sonrasında anneler çocuklarının daha ılımlı, daha sakin olduklarını; daha az inatlaştıklarını, ağlama krizlerinde azalma olduğunu, kendini daha iyi ifade ettiklerini belirtmişlerdir.

Araştırmanın nicel bulgularında ebeveynin çocuğuyla iletişimi incelendiğinde annelerin çocuğuyla iletişim düzeyinde iyileşme olduğu, özellikle engelsiz dinleme, saygı-kabul, duyarlılık ve problem çözme boyutlarında anlamlı bir etkinin görüldüğü bulunmuştur. Araştırmanın nitel bulguları da annelerin çocuklarıyla iletişimlerinin benzer şekilde iyileştiğini, daha sıcak, yakın ve güçlü bir ilişkiye dönüştüğünü ortaya koymuştur.

Araştırmaya katılan annelerin empatik eğilim düzeylerinin nicel bulgulara bakıldığında arttığı görülmüştür. Araştırmanın nitel bulguları da annelerin çocuğuyla empati yapmasını geliştirdiğini, daha fazla empati yapar hale geldiklerini, empati yaparken yansıtma yapılması gerektiğini anladıklarını göstermiştir. Bu açıdan araştırmanın nitel bulguları nicel bulgularını destekler niteliktedir.

Araştırmaya katılan annelerin duygu düzenleme düzeyleri nicel bulgulara bakıldığında uygulama öncesi ve sonrasında artış olmakla birlikte anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Ancak nitel bulgulara bakıldığında annelerin çocukların duygularına yöneldiği, aynı zamanda kendi duygularına da yöneldiği, gözlemledikleri ve hissettikleri duyguları ifade ederek, kabul ettiği tespit edilmiştir. Çocuklarının olumlu duygularını uygulama öncesinde daha çok görüp, olumsuz duygulardan kaçındıkları gözlemlenen annelerin, uygulama sonrasında ise hem olumlu hem olumsuz duyguları kabul ederek bu durumu değiştirdikleri fark edilmiştir.

Filial Terapi ile ilgili araştırmaların Filial Terapi'nin ebeveynlerin çocuklarıyla ilişkisine, ebeveynin çocuğu kabul davranışına, ebeveynin stres, kaygı, depresyon gibi semptomlarına, empatik yaklaşımına ve çocuklarda görülen problem davranışlardaki etkisini incelediği görülmüştür. Vanfleet (2021) Filial Terapi'nin çocuğun ve ebeveynin duygu düzenlemesine etki edip etmediğini inceleyen bir çalışma olmadığını belirtmiştir. Buradan hareketle araştırma tasarlanırken Filial Terapi'nin ebeveynlerin çocuklarıyla iletişim düzeyine, empatik eğilim düzeylerine etkisi incelenirken ebeveynlerin duygu düzenleme düzeylerine etkisine de bakılmıştır. Bu anlamda mevcut araştırma literatüre bu anlamda önemli bir katkı sağlamıştır. Her ne kadar ön test-son test-izlem test karşılaştırmalarında anlamlı bir farklılık bulunmasa da annelerin duygu düzenleme düzeylerinde olumlu değişiklikler olduğu görülmüştür. Bu anlamda yeni çalışmalar için bu çalışmanın yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Yapılan bu araştırmada elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde aşağıda yer alan önerilerin gelecekte yapılacak çalışmalar için fikir vereceği düşünölmektedir:

- Mevcut çalışmanın deneysel deseni deney gruplu ön test- son test- izlem ölçümlü deneysel desen olarak tasarlanmıştır. Sonraki alışmalar kontrol ve plasebo gruplu deneysel desenler planlanarak araştırmalar yürütölebilir.
- Örnekleme grubunun farklı popölasyonlardan oluşan versiyonları denenerek, değişimlerin literatüre katkısı sağlanabilir.
- Yeni yapılacak araştırmalarda duygu düzenleme değişkeni açısından farklı ölçeklerle de veriler toplanarak, elde edilen verilerin karşılaştırmalar yapılıp, daha güçlü sonuçlar elde edilebilir.
- Gelecekte yapılacak araştırmalarda örnekleme grubunun sayısının daha yüksek olması sağlanabilir.
- Örnekleme grubunun tek ebeveynle değil de her iki ebeveynin uygulama oturumlarına katıldığı formatta bir düzenleme yapılarak aile içi iletişim ve etkileşim konusunda farklılık olup olmadığı araştırılabilir.
- Filial Terapi uygulaması başka ebeveyn eğitim programları ile karşılaştırılarak farklı deneysel müdahalelerin etkisine bakılabilir.

KAYNAKÇA

- Ahçı, Z. G., Akdeniz, S., Harmancı, H., Akaroğlu, E. G. ve Seçer, İ. (2020). The validity and reliability study of the Turkish version of parent emotion regulation scale. *European journal of education studies*, 6(11), 221-229.
- Akgün, E. (2008). *Anne çocuk ilişkisini oyunla geliştirme eğitiminin anne çocuk etkileşim düzeyine etkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Akgün, E. ve Yeşilyaprak, B., (2010). Anne çocuk ilişkisini oyunla geliştirme eğitim programının etkililiği. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 43, 123-147.
- Akkoyun, F. (1982). Empatik anlayış üzerine. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 15(2), 63-69.
- Akman, H. (2019). *11-14 yaş çocukların duygu düzenleme güçlüklerinin anne-baba duygu düzenleme güçlüğü ve ebeveynin duygusal erişilebilirliği ile ilişkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ufuk Üniversitesi.
- Akman. T. K. (2011). *Genel iletişim*. İlya Yayıncılık.
- Albeniz, P. A. ve Paul, J. P. (2004). Gender differences in empathy in parents at high- and low-risk of child physical abuse. *Child Abuse & Neglect*, 28(3), 289–300.
- Alisinanoğlu, F. ve Köksal, A., (2000). Gençlerin ben durumları (ego state) ve empatik becerilerinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18: 11- 16.
- Axline, V. M. (2020). *Oyun terapisi* (M. Baydoğan, Çev). Panama Yayıncılık. (1969).
- Baltaş, Z ve Baltaş, A. (2012). *Bedenin dili*. (47. Basım). İlya Yayıncılık.
- Bariola, E., Gullone, E. ve Hughes, E. K. (2011). Child and adolescent emotion regulation: The role of parental emotion regulation and expression. *Clinical child and family psychology review*, 14, 198-212.
- Bavin-Hoffman, R., Jennings, G. ve Landreth, G., (1996). Filial Therapy: Parental Perceptions of the Process. *International Journal of Play Therapy*, 5, 45-58.
- Berko, R. M., Wolwin, A. D. ve Wolwin, D. R. (2001). *Communicating: a social and career focus* (Eight edition). Boston: Houghton Mifflin.

- Bilge, Y. ve Sezgin, E. (2020). Anne ve çocuk duygu düzenleme arasındaki ilişkide annenin kişilik özelliklerinin ve bağlanma stillerinin aracı rolü. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(3), 310-318.
- Borke, H. (1971). Interpersonal perception of young children: Egocentrism or empathy? *Developmental psychology*, 5(2), 263.
- Bratton, S. C. ve Landreth, G. (1995). Filial therapy with single parents: Effects on parental acceptance, empathy, and stress. *International Journal of Play Therapy*, 4(1), 61-80
- Bratton, S. C., Landreth, G. L. ve Lin, Y. W. D. (2010). Child parent relationship therapy: A review of controlled-outcome research. *Child-centered play therapy research: The evidence base for effective practice*, 267-293.
- Bulut Ateş, F. (2015). *Anne çocuk ilişkisini oyunla geliştirme eğitiminin anne çocuk etkileşim düzeyine etkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Çukurova Üniversitesi.
- Bulut Ateş, F. ve Akbaş, T. (2021). Çocuk-ebeveyn ilişki terapisi eğitimine katılan boşanmış annelerin eğitime ilişkin görüşlerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 30 (2), 47-61.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı istatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum*. Pegem Akademi.
- Cole, P. M., Michel, M. K. ve Teti, L. O. D. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 73-102.
- Costas, M. ve Landreth, G., (1999). Filial Therapy with nonoffending parents of children who have been sexually abused. *International Journal of Play Therapy*, 8, 43-66.
- Cüceloğlu, D. (2002). *Yeniden insan insana* (27. Basım). Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2012). *Yeniden insan insana* (45. Basım). Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2016). *İletişim donanımları*. (52. Baskı). Remzi Kitabevi.
- Demirkan, E. ve Yeşilyaprak, Y. (2023). Annelerin duygu düzenleme becerileri ve zihin yönelimlilikleri ile çocuklarının duygu düzenleme becerileri arasındaki bağlantıların incelenmesi. *Erciyes Akademi*, 37(1), 242-260.
- Dix, T. (1991). The affective organization of parenting: Adaptive and maladaptive processes. *Psychological bulletin*, 110(1), 3.

- Dökmen, Ü. (1988). Empatinin yeni bir modele dayanılarak ölçülmesi ve psikodrama ile geliştirilmesi. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 21(1), 155-190.
- Dökmen, Ü. (2005). *İletişim çatışmaları ve empati*. (31. Baskı). Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü. (2006). *İletişim çatışmaları ve empati*. (32. Baskı). Sistem Yayıncılık.
- Dönmezer, İ. (1999). *Ailede iletişim ve etkileşim*. Sistem Yayıncılık.
- Eroğlu, N. (1995). *Empatik eğilim düzeyleri farklı annelerin çocuklarının uyum ve başarı düzeyleri* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Feshbach, N. D. (1990). Parental empathy and child adjustment/maladjustment. *Empathy and its development*, 271.
- Fırat, B. (2020). *Annelerin duygu düzenleme güçlükleri ve erişkin bağlanma stillerine göre 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerilerinin incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi.
- Ford, M. E. (1979). The construct validity of egocentrism. *Psychological Bulletin*, 86 (6), 1169-1188.
- Genç, Z. (2017). *Çocuk ebeveyn ilişkisi terapisinin (filial terapi) ebeveynler ve çocuklar üzerindeki etkisinin incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Ginott, H. G. (2011). *Anne baba ve çocuk arasında* (2. Baskı). (A. Tüfekçi, Çev). Okuyan Us. (1965).
- Glover, G. J. ve Landreth, G. L., (2000). Filial Therapy with Native Americans on the Flathead reservation. *International Journal of Play Therapy*, 9, 57-80.
- Gordon, T. (2011). *Etkili anne-baba eğitimi*. (4. Baskı). (D. Tekin ve N. Özkan, Çev). Profil Yayıncılık. (1970, 1975, 2000).
- Görgün Baran, A. (2004). Türkiye'de aile içi iletişim ve ilişkiler üzerine bir model denemesi. *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları (HÜTAD)*, (1), 31-42.
- Gross, J.J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Rev Gen Psychol* 2:271-99.
- Guerney, L. (2001). Child-centered play therapy. *International Journal of Play Therapy*, 10, 13-31.
- Güngör, N. (2013). *İletişim*. Siyasal Yayınevi.
- Kafescioğlu, N., Özer, S. ve Çarkoğlu, A. (2012). Filial terapi yaklaşımının etkinliğinin incelenmesi. *TÜBİTAK Projesi*.

- Kahraman, S. (2016). *Ebeveynin üstün yetenekli çocuğuyla iletişimini geliştirmeye yönelik psikoeğitim programının etkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Fatih Üniversitesi.
- Kaya, A. ve Siyez, D. M. (2010). KA-Sİ çocuk ve ergenler için empatik eğilim ölçeği: Geliştirilmesi geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 35(156).
- Landreth, G. L. (2002). *Play therapy: The art of the relationship* (2nd ed.). New York: Brunner-Routledge.
- Landreth, G. L. (2021). *Oyun terapisi ilişki sanatı*. (N. Cihanşümül Maral, Çev). (H. Demirci, Ed). Nobel Akademik Yayıncılık. (3. Basım: 2012).
- Landreth, G. L. ve Bratton, S. C. (2023). *Çocuk-ebeveyn ilişkileri terapisi (ÇEİT) uygulama kılavuzu kanıta dayalı 10 oturum filial terapi modeli*. (S. N. Yaprak, Çev). Pedagoji Yayınları. (2019).
- Lee, M. (2003). Filial therapy with immigrant Korean parents in the United States. (Doctoral dissertation, University of North Texas, 2002). Dissertation Abstracts International, A 63(09), 3115.
- Morelen, D., Shaffer, A. ve Suveg, C. (2016). Maternal emotion regulation: Links to emotion parenting and child emotion regulation. *Journal of Family Issues*, 37(13), 1891-1916. <https://doi.org/10.1177/0192513X14546720>
- Mutlu, E. (1994). *İletişim sözlüğü*. Ark Yayınları.
- Navaro, L (1995). Çocuklarla iletişim nasıl kurulur? H. Yavuzer (Ed.), *Ana-baba okulu* (5. baskı, s. 129-140). Remzi Kitabevi.
- Oskay, Ü. (2011). *İletişimin ABC'si*. Der Yayınları.
- Öztekin, G. G. E. (2017). *3-10 yaş arası gelişimsel problemleri olan çocuklarda ve ebeveynlerinde filial terapinin etkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Peterson, C. ve Green, S. (2009). *Pragmatics*. Oxford: Oxford University Press.
- Polat, F. (2009). *İşte, Aşkta, Okulda, Sokakta İletişim Nasıl Kurulur?* İstanbul: Avrupa Yakası.
- Poole, C., Miller, S.A. ve Church, E. B. (2005). How empathy develops: Effective responses to children help set the foundation for empathy. *Early Childhood Today*, 20(2), 21-25.
- Ray, D. C. (2020). *İleri düzey oyun terapisi çocuklarla uygulamada gerekli koşullar, bilgi ve beceriler* (D. Olgaç, Çev). (B. Emiroğlu Bakay, Ed.). Pinhan Yayıncılık. (2011).

- Redmond, M. V. ve Mifflin, H. (2000). *Communication: theories and applications*. New York: Houghton Mifflin.
- Rehber, E., (2007). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerine göre çatışma çözme davranışlarının incelenmesi* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Çukurova Üniversitesi.
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of consulting psychology*, 21(2), 95-103.
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In *Psychology: A study of science*. Vol 3: Formulations of the person and the social context. S, Koch (Ed). 184-256. McGraw-Hill.
- Rogers, C. ve Kinget, M.G. (1976). *Psychothérapie et Relations Humaines*. Vol. I. Presses Universitaires de Louvain.
- Sap, R., Özkan, Ş. ve Uğurlu, Ü. (2022). Tendencies and attitudes toward people with disabilities in healthy developing children and their relationship between empathic tendencies of parents. *Bezmialem Science*, 10(5), 637.
- Sheely-Moore, A. ve Bratton, S. (2010). A strengths-based parenting intervention with low-income African American families. *Professional School Counseling*, 13(3), 175-183.
- Stover, L. ve Guernsey, B. G. (1967). The efficacy of training procedures for mothers in filial therapy. *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 4, 110-115.
- Şahin, S. ve Aral N. (2012). Aile içi iletişim. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(3), 55-66.
- Tezel, A. (2004). Aile içi iletişim. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1).
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monogr Soc Res Child Dev* 59:25-52
- Topham, G. L., Wampler, K. S., Titus, G. ve Rolling, E. (2011). Predicting parent and child outcomes of a filial therapy program. *International Journal of Play Therapy*, 20(2), 79-93.
- Ünal, G., (1997). *Psikolojik danışma ve rehberlik eğitimi alan öğrencilerin empatik eğilimlerinde gözlenen değişimler* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- VanFleet, R. (2004). *Filial Therapy Instructor Manual*. Boiling Springs, PA: Play Therapy Press.

- VanFleet, R. (2011). *Filial terapi oyun yoluyla ebeveyn-çocuk ilişkilerini güçlendirme teori ve uygulama rehberi*. (H. Kahyaoğlu Çakmakçı ve S. Karakoç, Çev). APAMER Psikoloji Yayınları. (2014).
- Werner, K. ve Gross, J. J. (2010). Emotion Regulation And Psychopathology: A Conceptual Framework. In A. Kring ve D. Sloan (Eds.), *Emotion Regulation And Psychopathology*. (Pp. 13-37). Guilford Press.
- Whirter, J. J. ve Acar, N. V. (1984). *Çocukla iletişim: Öğretme, destekleme ve çocuk yetiştirme sanatı*. Növe Yayınları.
- Yavuz, S. (2017). *Filial terapinin bakım elemanlarının öz-yeterlik ve kaygı düzeyleri ile korunma ihtiyacı olan çocukların davranış sorunları üzerine etkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi.
- Yavuzer, H. (1995). *Ana-baba okulu*. (5. Basım). Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2010). *Çocuk eğitimi el kitabı*. (26. Basım). Remzi Kitabevi.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2021). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (12. Baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Yuen, T. C., (2010). Child-centered play therapy research: Evidence base for effective practice, eds: J. N. Baggerly, D. C. Ray, S. C. Bratton, Wiley, New York, Pp: 323-337.
- Yuen-Fan Chau, I. ve Landreth, G., (1997). Filial therapy with Chinese parents: Effects on parental empathic interactions, parental acceptance of child and parental stress. *International Journal of Play Therapy*, 6, 75-92.
- Yuen, T., Landreth, G. ve Baggerly, J., (2002). Immigrant Chinese families. *International Journal of Play Therapy*, 11, 63-90.

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1: Deney grubundaki annelerin demografik bilgileri	49
Tablo 2: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve alt boyutlarının ön test son test puanlarının betimleyici istatistik sonuçları.....	57
Tablo 3: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ön test-son test toplam puan ortalamalarının karşılaştırılması.....	58
Tablo 4: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği paylaşıma açık olma alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması.....	58
Tablo 5: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği engelsiz dinleme alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması.....	58
Tablo 6: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği saygı-kabul alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması.....	59
Tablo 7: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği duyarlılık alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması.....	59
Tablo 8: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği problem çözme alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması.....	60
Tablo 9: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği alt boyutlarının ön test son test puanlarının betimleyici istatistik sonuçları	61
Tablo 10: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun duygularından kaçınması alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması	62
Tablo 11: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun duygularına yönelimi alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması	62
Tablo 12: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi alt boyutu ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması	63
Tablo 13: Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği ön test son test puanlarının betimleyici istatistik sonuçları	63
Tablo 14: Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği ön test-son test puan ortalamalarının karşılaştırılması	64

Tablo 15: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve alt boyutlarının son test izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları	65
Tablo 16: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği son test-izlem toplam puan ortalamalarının karşılaştırılması.....	66
Tablo 17: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği paylaşma açık olma alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	66
Tablo 18: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği engelsiz dinleme alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	67
Tablo 19: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği saygı-kabul alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	67
Tablo 20: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği duyarlılık alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması.....	67
Tablo 21: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği problem çözme alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	68
Tablo 22: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği alt boyutlarının son test izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları.....	69
Tablo 23: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun duygularından kaçınması alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	70
Tablo 24: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun duygularına yönelimi alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	70
Tablo 25: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi alt boyutu son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	71
Tablo 26: Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği son test izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları	71
Tablo 27: Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği son test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	72
Tablo 28: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ve alt boyutlarının ön test izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları.....	73
Tablo 29: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği ön test-son test toplam puan ortalamalarının karşılaştırılması.....	74

Tablo 30: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği paylaşıma açık olma alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	74
Tablo 31: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği engelsiz dinleme alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	75
Tablo 32: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği saygı-kabul alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	75
Tablo 33: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği duyarlılık alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	76
Tablo 34: Deney grubunun Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği problem çözme alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	76
Tablo 35: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği alt boyutlarının ön test izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları.....	77
Tablo 36: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun duygularından kaçınması alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	78
Tablo 37: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun duygularına yönelimi alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	78
Tablo 38: Deney grubunun Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği anne babanın çocuğun ve kendi duygularını kabul etmesi alt boyutu ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	79
Tablo 39: Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği ön test izlem puanlarının betimleyici istatistik sonuçları	80
Tablo 40: Deney grubunun Empatik Eğilim Ölçeği ön test-izlem puan ortalamalarının karşılaştırılması	80
Tablo 41: Deney grubunun ÇEİT eğitimi ile elde ettiği kazanımlar ve eğitim hakkındaki görüşleri	81
Tablo 42: Katılımcıların görüşme içeriğinde yer alan temalar	82-87

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: İletişim modeli.	20
Şekil 2: Davranış penceresi	23



EKLER

- Ek 1** : Sosyodemografik Bilgi Formu
- Ek 2** : Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği
- Ek 3** : Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği
- Ek 4** : Empatik Eğilim Ölçeği
- Ek 5** : İzinler
- Ek 6** : Etik Kurul İzin Formu

EK 1: Sosyodemografik Bilgi Formu

Çocuk-ebeveyn ilişkileri hakkında bilgi edinmek istiyoruz. Bu anketi samimi ve dikkatli bir şekilde doldurarak bize yardım edebilirsiniz. Geçerli bilgiler elde edebilmek için samimi ve dürüst cevaplar verilmesi rica olunur. Anket herhangi bir kimlik ifşası gerektirmez, kesinlikle isimsiz olarak kullanılacaktır. Ayrıca yanıtların hepsi gizli tutulacak ve sadece bilimsel araştırma amaçlı kullanılacaktır. Tüm soruların cevaplanması önemlidir. Bir soruya kesin bir cevap bulamazsanız, duygularınızı ve davranışlarınızı anlatan size en yakın cevabı seçiniz.

1. **Cinsiyet:** Kadın () Erkek ()
2. **Yaş:**
3. **Kaç yıldır evlisiniz?**
4. **Şu anda eşinizle birlikte yaşıyor musunuz?** Evet () Hayır ()
5. **Birden çok kez evlilik yaptınız mı?** Evet () Hayır ()
6. **Birden çok kez evlilik yapılmış ise önceki evliliğin sonlanma nedeni nedir?**
Ölüm () Boşanma () Diğer () Belirtiniz:.....
7. **Eğitim durumunuz:**
() İlkokul () Lise () Lisans
() Ortaokul () Önlisans () Yüksek lisans
- ve üzeri
8. **Çalışma durumunuz:** Çalışıyorum () Çalışmıyorum ()
9. **Çalışıyorsanız mesleğiniz:**
10. **Eşinizin eğitim durumu:**
() İlkokul () Lise () Lisans
() Ortaokul () Önlisans () Yüksek lisans
- ve üzeri
11. **Eşinizin çalışma durumu:** Çalışıyor () Çalışmıyor ()
12. **Eşiniz çalışıyorsa mesleği:**
13. **Ortalama aylık geliriniz:**
14. **Çocuk sayınız:**
15. **Filial Terapide odaklanmak istediğiniz çocuğunuz kaçınıcı çocuğunuz?**
.....
16. **Filial Terapide odaklanmak istediğiniz çocuğunuz kaç yaşındadır?**
.....
17. **Filial Terapide odaklanmak istediğiniz çocuğunuzun herhangi bir sağlık problemi (fiziksel, ruhsal, genetik, gelişimsel vb.) var mı?**
Evet () Belirtiniz:..... Hayır ()
18. **Çocuğunuzla aranızdaki ilişkide nasıl bir sorun olduğunu düşünüyorsunuz? Belirtiniz.**
.....

EK 2: Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeğı

		Her zaman	Sıklıkla	Bazen	Nadiren	Hiçbir zaman
1	Çocuğumla kurduğum iletişimin niteliğı, onun sorumluluklarını yerine getirmesini kolaylaştırır					
2	Çocuğumun anlattığı konuların önemsiz olduğunu düşündüğümde genellikle şakaya vururum					
3	Çocuğumla kurduğum iletişimin niteliğı, onu disipline etmemi kolaylaştırır					
4	Kullandığım iletişim tarzı çocuğumun sınırlarını anlamasını kolaylaştırır					
5	Çocuğum için koyduğum kuralları onun anlayacağı şekilde açıklarım					
6	Çocuğumla iletişim kurarken onun ne hissediyor olabileceğini anlarım					
7	Çocuğum yanlış bir davranış yaptığında bunu anlaması için onunla rahatça konuşurum					
8	Çocuğumla konuşurken genellikle kendimi ona öğüt verirken bulurum					
9	Bir durum hakkında gerçekten ne düşündüğümü çocuğumla paylaşıyorum					
10	Çocuğum beni dinlemediğinde ona gözdağı vererek konuşurum					
11	Çocuğum düşüncelerini benimle paylaşır					
12	Çocuğumla iletişimimi aksatacak engelleri kullanmaktan kaçınırım					
13	Çocuğum duygularını benimle paylaşır					
14	Çocuğum canını sıkan bir durum olunca bunu benimle paylaşabileceğini bilir					
15	Çocuğumu dinlerken başkalarını ona örnek gösteririm					
16	Çocuğumu dinlerim					
17	Çocuğuma bir sorumluluk verirken bunu ona en iyi şekilde ifade etmenin yollarını bilirim					
18	Çocuğumu fikirlerini ifade etmesi konusunda cesaretlendiririm					
19	Çocuğumla kurduğum iletişimin niteliğı, onun motivasyonunu artırır					
20	Çocuğumla iletişim kurarken onun kişisel haklarına saygı duymaya özen gösteririm					
21	Çocuğum benimle her konuyu rahatça konuşur					
22	Çocuğumun fikirlerine değer veririm					
23	Çocuğumla iletişim kurarken içten olmaya çalışırım					
24	Çocuğumla iletişim kurarken potansiyelinin/yeteneklerinin getirdiğı özelliklerine dikkat ederim					
25	Çocuğumla iletişim kurarken onun ne düşünüyor olabileceğini anlarım					
26	Çocuğumla iletişimimi geliştirmek için yapabileceklerimi araştırırım					
27	Çocuğumun konuşmak istediğı konuyu dinlemek istemediğimde konuyu değiştiririm					

EK 3: Anne Baba Duygu Düzenleme Ölçeği

Aşağıda çocuğunuzla iletişim süreçlerinize ilişkin bazı ifadelere yer verilmektedir. Bu ifadeleri dikkatli bir şekilde okuyarak sizin durumunuzu en iyi yansıttığını düşündüğünüz seçeneği işaretleyiniz. Lütfen çocuğunuz ile şu andaki ilişkinizi düşünerek her bir maddede ifade edilen durumu ne kadar sıklıkla yaşadığınızı belirtiniz ve yanıtsız ifade bırakmayınız. Yanıtlarınızı örnekteki gibi işaretleyebilirsiniz.

4	3	2	1	0
Her zaman ya da hemen her zaman	Sık sık	Bazen	Nadiren	Hiçbir zaman ya da hemen hiçbir zaman

Örnek	4	3	2	1	0
1) Çocuğumu gergin gördüğümde sakinliğimi koruyarak onun içinde bulunduğu durumla yüzleşmesini sağlarım.	4	3	2	1	0
2) Her ne pahasına olursa olsun çocuğumu sinirli bir yapıda olmaktan alıkoymalıyım.	4	3	2	1	0
3) Çocuğumu keyifsiz (üzgün, kızgın ya da gergin) görmeyi sevmesem de bu durumun onun yaşamının bir parçası olduğunu bilirim.	4	3	2	1	0
4) Eğer elimden gelseydi çocuğumu bütün olumsuz duygulardan uzak tutardım.	4	3	2	1	0
5) Gergin olduğu zamanlarda çocuğumun bu durumdan zarar göreceğini düşünürüm.	4	3	2	1	0
6) Gergin olduğunu gördüğümde duruma çok hızlı müdahale etmem gerektiğini düşünürüm.	4	3	2	1	0
7) Çocuğumu keyifsiz gördüğümde ne hissettiğini anlamaya çalışırım.	4	3	2	1	0
8) Çocuğumun duygularına karşı hassas davranıp onu anlamaya çalışırım.	4	3	2	1	0
9) Çocuğum keyifsiz olduğunda yaşadığı duyguları anlaması için ona yardım ederim.	4	3	2	1	0
10) Çocuğum gergin olduğunda bunu kolayca fark ederim.	4	3	2	1	0
11) Çocuğumun keyifsiz olduğunu gördüğümde ne hissettiğini daha iyi anlayabilmesi için onu konuşturmaya çalışırım.	4	3	2	1	0
12) Çocuğumun bazı davranışlarıyla ilgili olarak üzüntü, hayal kırıklığı ya da kaygı hissetmemin normal olduğunu düşünürüm.	4	3	2	1	0
13) Bütün ebeveynlerin ara sıra çocuklarıyla ilgili olumsuz duygular yaşamalarını yaşamın bir parçası olarak görürüm.	4	3	2	1	0

EK 4: Empatik Eğilim Ölçeği

Size uygun gelen yanıtları işaretleyiniz.

	Tamamen aykırı	Oldukça aykırı	Kararsızım	Oldukça uygun	Tamamen uygun
	1	2	3	4	5
1.Çok sayıda dostum var.					
2.Film seyrederken bazen gözlerim yaşarır.					
3.Sıklıkla kendimi yalnız hissedirim.					
4.Bana dertlerini anlatanlar yanımdan ferahlamış olarak ayrılır.					
5.Başkalarının problemleri beni kendi problemim kadar ilgilendirir.					
6.Duygularımı başkalarına iletmekte güçlük çekerim.					
7.İnsanların film seyrederken ağlamaları tuhafıma gidiyor.					
8.Birisi ile tartışırken bazen dikkatimi onun söylediklerinden çok vereceğim cevap üzerine yoğunlaşır.					
9.Çevremde çok sevilen bir insanım.					
10.Televizyondaki filmler mutlu sonla bitince rahatlarım.					
11.Düşüncelerimi başkalarına iletmekte güçlük çektiğim olur.					
12.İnsanların çoğu bencildir.					
13.Sinirli bir insanım.					
14.Genelde insanlara güvenirim.					
15.İnsanlar beni tam olarak anlayamıyorlar.					
16.Girişken bir insanım.					
17.Bir yakınımın derdimi anlatmak beni rahatlatır.					
18.Genellikle hayatımdan memnunum.					
19.Yakınlarım bana sık sık derdini anlatır.					
20.Genellikle keyfim yerindedir.					

EK 5: İzinler

Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği

Gelen Kutusu x



Nihal Aslan Topçu

Alici: suleymankahraman, suleymankahraman

31 Tem 2023 Pzt 17:32



Süleyman Hocam merhabalar,

Ben Klinik Psikolog Nihal Aslan Topçu. Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İletişim (Disiplinlerarası) bölümünde yüksek lisans yapmaktayım. Ebeveyn ve çocuk iletişimine Filial Terapi'nin etkisini incelemek istediğim bir tez çalışmam olacak. Bu kapsamda sizin geliştirmiş olduğunuz Ebeveynin Çocuğuyla İletişimi Ölçeği'ni siz de uygun görürseniz tez çalışmamda kullanmak isterim. Yanıtınızı bekliyorum. İyi çalışmalar dilerim.



Süleyman KAHRAMAN

Alici: ben

31 Tem 2023 Pzt 20:32



Merhaba Nihal Hanım, EÇİÖ'yü kullanabilirsiniz. İyi çalışmalar dilerim.

Empatik Eğilim Ölçeği kullanım izni

Gelen Kutusu x



Nihal Aslan Topçu

Alici: akademi

2 Eki 2023 Pzt 11:36



Üstün hocam merhaba,

Ben Klinik Psikolog Nihal Aslan Topçu. Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İletişim (Disiplinlerarası) bölümünde yüksek lisans yapmaktayım. Ebeveynlerle yapmayı planladığım bir tez çalışmam olacak. Bu kapsamda sizin geliştirmiş olduğunuz Empatik Eğilim Ölçeği'ni siz de uygun görürseniz tez çalışmamda kullanmak isterim. Yanıtınızı bekliyorum. İyi çalışmalar dilerim.



Ebrueroglu Yandex

Nihal Hanım merhaba, Kaynak göstererek ölçeği çalışmalarınızda kullanmanızda sakınca yoktur. İyi çalışmalar Prof.Dr. Üstün Dökmen Üstün Dökmen Akademi <a...

2 Eki 2023 Pzt 14:39



Ebeveyn Duygu Düzenleme Ölçeği Kullanım İzni

Gelen Kutusu x



Nihal Aslan Topçu

Alici: seher.akdeniz

7 Ağu 2023 Pzt 14:48



Seher Hocam merhaba,

Ben Klinik Psikolog Nihal Aslan Topçu. Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İletişim (Disiplinlerarası) bölümünde yüksek lisans yapmaktayım. Ebeveynlerle yapmayı planladığım bir tez çalışmam olacak. Bu kapsamda sizin geliştirmiş olduğunuz Ebeveyn Duygu Düzenleme Ölçeği'ni siz de uygun görürseniz tez çalışmamda kullanmak isterim. Yanıtınızı bekliyorum. İyi çalışmalar dilerim.



Zeynep Gültekin Ahçı

Alici: ben

7 Ağu 2023 Pzt 18:11



Nihal Hanım merhaba,
Ekte ölçeği bulabilirsiniz.
İyi çalışmalar

SEHER AKDENİZ

7 Ağu 2023 Pzt, 15:07 tarihinde şunu yazdı:

EK 6: Etik Kurul İzin Formu



T.C.
KARABÜK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL ve BEŞERİ BİLİMLER ARAŞTIRMALARI ETİK KURULU
KARARLARI

TOPLANTI TARİHİ: 27.10.2023

TOPLANTI NO : 2023/07

Madde 11:

10.10.2023 tarih ve 283158 sayılı Prof. Dr. Fatih BAYRAM' ın Etik Kurul form ve ekleri görüldü. Karabük Üniversitesi öğretim üyelerinden Prof. Dr. Fatih BAYRAM' ın danışmanlığında yürütülen "Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi Eğitiminin Ebeveynlerin Çocuğuyla İletişimine, Empatik Eğilim ve Duygu Düzenleme Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi" konulu çalışma kapsamında uygulanmak üzere ekte sunulan çalışmasının etik kurallara uygunluğu oy birliği/oy çokluğu ile kabul edilmiştir.

ASLI GİBİDİR

Prof. Dr. Muhittin KAPANŞAHİN
Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurul Başkanı

ÖZGEÇMİŞ

Nihal ASLAN TOPÇU, Şehremini Lisesi'ndeki eğitiminin ardından Ankara Üniversitesi Psikoloji bölümünden 2011 yılında mezun olmuştur. 2014 yılında Eskişehir Osmangazi Üniversitesi'nde 450 saatlik Aile Danışmanlığı sertifika programını tamamlayarak 'Aile Danışmanı' unvanını almıştır. 2020 yılında İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Klinik Psikoloji programında yüksek lisansını tamamlayarak 'Klinik Psikolog' olarak mezun olmuştur.

Lisans eğitimi boyunca İstanbul Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Psikoloji Ünitesi, Ankara Sincan Kapalı Ceza İnfaz Kurumu, Ankara Atatürk Çocuk Yuvası ve Kız Yetiştirme Yurdu, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi gibi çeşitli kurumlarda klinik stajlarını tamamlamıştır. Çeşitli dernekler ile gönüllü psikolojik destek projelerinde yer almıştır.

Mesleğinin ilk yıllarında Özel Yunus Emre Anaokulu'nda psikolog olarak, Sınav Dershanesi eğitim kurumunda psikolojik danışmanlık biriminde görev almıştır. Kırklareli Halk Sağlığı Müdürlüğü'ne psikolog olarak atamasının olmasından çok kısa bir süre sonra Bozüyük Devlet Hastanesi'nde psikolog olarak görevine devam etmiştir. Ardından Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'ne tayin isteyerek Çocuk-Ergen Psikiyatri Kliniğinde beş yıl süreyle psikolog olarak çalışmıştır. 2020 yılında tayin isteyerek Karabük Üniversitesi Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde klinik psikolog olarak çalışmaya başlamıştır ve halen çalışmaya devam etmektedir.

Terapist kimliğini geliştirmek için birçok eğitimin uluslararası sertifikasyonlarına sahip olan araştırmacı, yeni eğitimler ve süpervizyonlar alarak mesleki gelişimini sürdürmeye devam etmektedir.